สมุนไพร กำจัดโรค





โดย.. คีตะธารา

สรรพคุณสมุนไพร

ว่านสบู่เลือดยาดีในป่าใหญ่

1. ว่านสบู่เลือดเถา

ว่านนี้ชอบขึ้นบนเขาหินปูน

เถาของต้นสบู่เลือดเถาเลื้อยพันต้นไม้ใหญ่



เมล็ดสุกของว่านสบู่เลือดเถาที่นำมาขยายพันธุ์



ต้นว่านสบู่เลือดเถาหลังเพาะเมล็ดได้ประมาณ 1 ปี หัวของว่านจะลอยขึ้นมาอยู่บนดินหือบนหินมองเห็นได้ชัด

ว่านสบู่เลือดเถา Stephania venosa (blume) Spreng.

มักขึ้นตามเขาหินปูน มีการเรียกชื่อปนกันกับว่านตัวอื่น เช่นบอระเพ็ดพุงช้าง กลิ้งกลางดง จริงๆแล้วบอระเพ็ดพุงช้างเป็นสบู่เลือดเถาตัวเมียและกลิ้งกลางดงก้อเป็นว่านอีกประเภทหนึ่งจะได้นำมาให้ชมในครั้งต่อไป

ว่านสบู่เลือดเถาเป็นไม้เลื้อยล้มลุกอายุหลายปีมีรากสะสมอาหารถ้าอายุหลายปีมีขนาดใหญ่มากบางทีใหญ่ขนาดโอ่งมังกรหัวนี้พบที่บ้านพ่อหมอพื้นบ้านอำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา พ่อหมอปลูกไว้กับก้อนหินและให้เถาเลื้อยพันต้นไม้ใหญ่ ออกดอกช่วงเดือนกพ.-มีค. เมล็ดสุกเดือนเมย.-พค.ของทุกปี ทุกส่วนของว่านสบู่เลือดเถาจะมีน้ำ

ยางสีแดงเหมือนเลือด พิสูจน์ง่าย ๆด้วยการเด็ดใบดูสีของน้ำยาง ถ้าไม่มียางสีแดงเรียกว่าบอระเพ็ดพุงช้าง ปัจจุบันถูกเก็บออกมาจากป่าเป็นจำนวนมากจนกลายเป็นพืชหายาก ควรมีการสนับสนุนให้เพาะขยายพันธุ์เพาะเกิดง่ายแต่ใช้เวลาหลายปีกว่าจะมีขนาดใหญ่

สรรพคุณ เป็นสมุนไพรแก้กษัย บำรุงกำลัง แก้ผอมแห้ง แก้ประจำเดือนไม่ปกติ คนเลือดจางหรือเลือดน้อยและเป็นไมเกรน สามารถกินได้ โดยนำหัวมาต้มกิน หรือหั่นเป็นแว่นดองเหล้ากินบำรุงกำลังบำรุงกำหนัด

มีสมุนไพรจำนวนมากถูกนำออกมาจากป่าทั้งเพื่อการรักษาโรคและเพื่อการค้าสุ่มเสี่ยงกับการสูญพันธุ์ยิ่งนัก ถ้าเทียบสัดส่วนระหว่างเจ้าหน้าที่ป่าไม้กับผู้ที่ลักลอบเข้าไปนำสมุนไพรออกมาเป็นการยากที่จะดูแลป้องกันรักษาไว้ให้อยู่ในป่า ต้องใช้หลายกระบวนการร่วมกันมั้งการปลุกจิตสำนึกและส่งเสริมให้มีการขยายพันธุ์เป็นสิ่งที่พวกเราทุกคนต้องช่วยกัน อย่าให้สมุนไพรทรงคุณค่าเหล่านี้เป็นเพียงตำนาน

สูตรแก้ลมชักของหมอเจน

สบู่เลือด ๓กิโลกรัม หั่นเป็นแว่นๆ ตากแดด จนแห้งบดผง ปั้นเป็นลูกกลอน ขนาดเท่าเล็ดพุทรา(พุทราไทยนะไม่ใช่พุทราจำโบ้) กินก่อนอาหารวันละ ๓ เวลา ๕-๖ ปี หายขาด

2.ยาแก้โรคนิ่วในไตและในถุงน้ำดี

ขนานที่ ๑ ท่านให้เอาจาวตาลโตนดอ่อน ๆ นำมารับประทานวันละ ๓ จาว เวลาบ่าย ๒ โมงตรงทุกวัน เพียง ๓ วันเท่านั้น มีสรรพคุณแก้โรคนิ่วในไต หรือโรคนิ่วในถุงน้ำดี ได้ผลชะงัดยิ่งนักแล.

ขนานที่ ๒ ท่านให้เอาต้นลูกใต้ใบทั้ง ๕ (เอาทั้งต้นตลอดถึงราก) ๑ กำมือ นำมาล้างน้ำให้สะอาด ตำให้ละเอียด น้ำสะอาด ๓ ถ้วยชา กวนด้วยสานส้มให้มีรสฝาดจัด ๆ นำเอาตัวยาทั้ง ๒ อย่างนี้ มาผสมกัน คั้นเอาเฉพาะตัวยารับประทาน เวลาเช้า - กลางวัน - เย็น ครั้งละ ๑ ถ้วยชา ปรุงยาขนานนี้รับประทานติดต่อกัน ๓ วัน

ระยะที่ ๒ ท่านให้เอาต้นลูกใต้ใบทั้ง ๕ (เอาทั้งต้นตลอดถึงราก) นำมาใส่หม้อดินต้มใช้น้ำยารับประทานวันละ ๓ เวลา ตลอด ๓ วัน

ระยะที่ ๓ ท่านให้เอาน้ำอ้อยสด นำมารับประทานวันละ ๑ ขวดใหญ่ ติดต่อกัน ๓วัน มีสรรพคุณโรคนิ่วในไต ได้ผลดีอย่างชะงัดนักแล

3. สำหรับ โรคตา ต่าง ๆ ใช้แปะตำปึงโขลกแล้วนำมาพอกที่ตา ประมาณ 20-30 นาที หรือโรคเกี่ยวกับผิวหนังเช่น
งูสวัด , ผิวเป็นหนองอักเสบ พุพอง ใช้แปะตำปึง มาโขลกผสมกับน้ำตาลทรายแดง โดยอาศัยคุณสมบัติของน้ำตาลทรายแดง ช่วยในการจับแปะตำปึงไม่ ให้หลุดร่วงง่ายเท่านั้นเอง ถึงอย่างไรก็ควรระวังเรื่องอาหารของแสลง เช่นเนื้อ , กุ้ง , หมึก (ไม่เรียกว่าปลาหมึกเพราะไม่ใช่ปลา แต่เป็นสัตว์ทะเลชนิดหนึ่ง) ปู , ปลาทู , ปลาร้า , กะปิ , หน่อไม้ , ข้าวเหนียว , แตงกวา , หัวผักกาด , เผือก , สาเก , เครื่องดองของเมา และถ้าสุขภาพไม่แข็งแรงควรงดน้ำชากาแฟด้วย
โรคที่แปะตำปึงรักษาหายมาแล้ว ได้แก่ เบาหวาน ความดันสูง-ต่ำ โรคหืดหอบ-ภูมิแพ้ มะเร็งทุกชนิด ริดสีดวงทวาร งูสวัด โรคเก๊า ขับนิ่ว ฝีหนองทั่วไป โรคหัวใจ โลหิตจาง เนื้องอกในไต ปวดเหงือก ปวดท้องประจำเดือน คลอเรสเตอรอล ไขมันในเส้นเลือด ไทรอยด์ ปวดเส้นปวดหลัง ไม่เชื่อไม่เป็นไร แต่ก็มีคนหายมาแล้ว เป็นต้นไม้จากเมืองจีนนี่แหละ เข้ามาเมืองไทยหลายปีแล้ว คนนิยมนำใบสดมารับประทาน (มีเคล็ดลับนิดหน่อย) ยกตัวอย่างเช่น คนที่เป็นเบาหวาน ทานใบยาไป 3 เดือน หมอตรวจอีกรอบยังไม่พบเลยนะ แต่ก็มีสมุนไพรจีนอีกตัวนึงชื่อว่า "ขนไก่ทองคำ" (จินฉีนเหมาเย่) ก็ใช้ใบสดทานนี่แหละ สรรพคุณทางยาคล้ายแปะตำปึงแต่ได้ยินว่าประสิทธิภาพดีกว่าหน่อย

4. มีพืชสมุนไพรหลายชนิดที่รักษา " ไมเกรน " ได้ดีดังที่จะนำเอามาแนะนำต่อไปดังนี้ คือ กระเทียม ใบบัวบก ดอกแค พริกไทยดำ

กระเทียม

เอา "หัวกระเทียม" มาใช้เป็นยาแก้ อาการปวดศีรษะข้างเดียว หรือ " ไมเกรน" ได้อย่างชะงัดนัก "หัวกระเทียม" ที่ใช้ในการปรุงอาหารต่าง ๆ อยู่ทุกเมื่อเชื่อวันนี้แหละ เอามาแก้ "ไมเกรน" ได้เลย

วิธีการก็ได้แก่ เอา หัวกระเทียม มาแกะออกเป็นกลีบ ๆ เอามารับประทานกันน้ำพริกก็ได้ เอามาผัดกับผักก็ได้ รับประทานสด ๆ ก็ดี โดยรับประทานครั้งละ 10 กลีบทุก ๆ วัน หรือจะเอา "กระเทียมแคปซูล" ก็ได้ เป็นกระเทียมที่บดละเอียดแล้ว เอามาบรรจุในแคปซูลกลืนกับน้ำสะอาดสะดวกสบาย าการปวดศรีษะข้างเดียวหรือ "ไมเกรน" ก็จะหายไปได้ในที่สุด ต้องรับประทานทุกวันต่อเนื่องกันไป

ใบบ้วบก

เอา " ใบบัวบก" มาเป็นยาสมุนไพรแก้ "ไมเกรน " ก็ได้อีกอย่างหนึ่ง

วิธีการก็คือเอามาทั้งเถา ใบและก้านใบรวมกันมาเลยเอามาล้างให้สะอาดเสียก่อน วิธีการทำเป็นยา เอาต้น เถา ใบบัวบกมาสัก 1 กิโลกรัม ตัดเป็นท่อนสั้น ๆ เอามาโขลกละเอียดหรือเอามาปั่น

ด้วยเครื่องปั่นไฟฟ้ากับน้ำสะอาด ต่อจากนั้นเอกมาต้ม เติมน้ำลงไปพอสมควรให้ท่วมต้มไปสัก 5 นาที เมื่อเดือดแล้วก็ยกลงเอามารองบีบเอากากทิ้งไป เอามาต้มอีกครั้งหนึ่ง ใส่เกลือป่นลงไปสัก 1 ช้อนชา เย็นแล้วดื่มเป็นยาได้ทันที ดื่มครั้งละ 1 แก้ว เช้า กลางวัน และเย็น จะเติมน้ำตาลทรายลงไปด้วยเล็กน้อยพอหวานนิด ๆ ก็ได้

อาการ " ไมเกรน" ก็จะหายไปได้ในที่สุดเมื่อดื่มเป็นประจำแล้วประมาณ 1 สัปดาห์

"บัวบก " เป็นพืชสมุนไพรที่ดีมาก แก้ร้อนในกระหายน้ำก็ได้แก้ความดันโลหิตสูงก็ได้

อีกทั้งยังเอามาแก้ "ไมเกรน" หรืออาการปวดศีรษะข้างเดียวก็ยังได้อีกเลย

ดอกแค

เอา "ดอกแค" ที่ปลูกกันโดยทั่วไปตามบริเวณบ้านเรือน มาเป็นยาแก้อาการปวดศีรษะข้างเดียวหรือ "ไมเกรน" ได้ดีอีกอย่างหนึ่ง

เอา "ดอกแค" ทั้งดอกมาล้างน้ำให้สะอาด เอามาลวกจิ้มน้ำพริกกะปิก็ได้ เป็นอาหารไปเลย

เอา "ดอกแค " มาต้มกับซี่โครงหมู เป็น แกงจืด ก็ได้อร่อยดีด้วยแล้วก็เป็นยาสมุนไพรที่ดีแก้ "ไมเกรน" ได้อีก

เอา "ดอกแค" มาผัดกุ้งสดรับประทานเป็นอาหารเป็นกับข้าวก็ได้ มีคุณค่าทางโภชนาการที่ดี แถมยังเป็นยาแก้อาการปวดศีรษะข้างเดียว หรือ "ไมเกรน" ก็ได้ เอา "ดอกแค " มาปรุงเป็นแกงส้ม ก็ได้ หรือ แกงเหลืองก็ได้

อาการ " ไมเกรน" จะหายไปได้ในไม่กี่วันหลังจากรับประทานดอกแค ไปแล้ว อาหารที่เป็นสมุนไพรด้วยนั้นนับว่าเป็นประโยชน์ดีจริง ๆ พืชสมุนไพรมากมายเอามาปรุงเป็นอาหาร เป็นกับข้าว เป็นอาหารที่ดีมีประโยชน์มากหลายยิ่งนัก เมื่อรู้จักเอามาใช้ประโยชน์ก็เป็นประโยชน์อย่างที่สุด คุ้มค่าและมากด้วยของดี ๆ ไม่ใช่น้อยเลย

พริกไทยดำ

ใช้พริกไทยดำ 7 เม็ด เคี้ยวพริกไทยในปากข้างที่ปวดศรีษะทีละ 1 เม็ดก็ได้ พริกไทยจะละลายข้างกระพุ้งแก้วทำอย่างนี้จนหมด 7เม็ด พยายามไม่ดื่มน้ำตาม (ให้กลืนไปเลย) ให้รับประทานตอนก่อนแปรงฟันตอนเช้า ประมาณ 3 - 4 สัปดาห์จะเห็นผล

5. "เหงือกปลาหมอ" แก้ปอดอักเสบ

ตำรายาโบราณ บรรเทาสารพัดโรค



ใครที่ไปพบแพทย์แล้วเอกซเรย์ทราบว่าปอดเริ่มมีปัญหาเป็นฝ้า นอกจากให้แพทย์รักษาแล้ว ในยุคสมัยก่อนสมุนไพรเป็นทางเลือกรักษาได้เช่นกัน โดยให้เอาต้น "เหงือกปลาหมอ" ทั้ง 5 รวมราก กับข้าวเย็นเหนือ ข้าวเย็นใต้ จำนวนเท่ากัน กะตามต้องการ ต้มกับน้ำจนเดือดดื่มขณะอุ่นครั้งละ 1 แก้ว 3 เวลา เช้า กลางวัน เย็น ต้มดื่มจะอาการดีขึ้น ไปให้แพทย์เอกซเรย์ปอดไม่เป็นฝ้าอีกหยุดต้มกินได้เลย และต้องระวังอย่าให้เป็นอีก

เหงือกปลาหมอ มีสรรพคุณเฉพาะคือ ทั้งต้นรวมรากต้มอาบแก้พิษไข้หัว แก้โรคผิวหนังทุกชนิด ทั้งต้นสดตำพอกปิดหัวฝีแผลเรื้อรัง

ถอนพิษ ต้มกินแก้พิษฝีดาษ ฝีทั้งปวง ผลกินเป็นยาขับโลหิตระดู นอกจากนั้น ถ้าตาเจ็บ ตาแดง เอา "เหงือกปลาหมอ" ทั้งต้นตำกับขิงคั้นเอาน้ำหยอดตาหาย เป็นเหน็บชา ชาทั้งตัว ทั้งต้นนำทาบริเวณที่เป็นจะดีขึ้น ถูกงูกัด ตำเอาน้ำกินกากพอกหาย เป็นฝีฟกบวม เอาต้นกับขมิ้นอ้อยตำทา เป็นริดสีดวงทวาร เอาต้นกับขมิ้นอ้อยตำละลายกับน้ำทา เป็นไข้จับสั่นตำกับขิงกิน โรคเรื้อน คุดทะราด ทั้งต้นตำเอาน้ำกิน และใบส้มป่อยต้มดาบ

เจ็บหลัง เจ็บเอว เอาต้น "เหงือกปลาหมอ" กับชะเอมเทศทำผงละลายน้ำผึ้งปั้นเป็นก้อนกิน ริดสีดวงแห้งในท้อง ซูบผอมเหลืองทั้งตัว ทั้งต้นตำเป็นผงกินทุกวัน เป็นริดสีดวง มือตายตีนตาย ร้อนทั้งตัวเวียนหัว ตามัว เจ็บระบมทั้งตัว ตัวแห้ง เอา "เหงือกปลาหมอ" กับเปลือกมะรุมเท่ากันใส่หม้อ เกลือนิดหน่อย หมาก 3 คำ เบี้ย 3 ตัว วางบนปากหม้อ ใช้ฟืน 30 ดุ้น ต้มกับน้ำจนเดือดให้งวดจึงยกลง กลั้นใจกินขณะอุ่นจนหมดจะหายได้

ถ้าต้องการให้มีอายุยืน เอา **"เหงือกปลาหมอ"** 2 ส่วน พริกไทย 1 ส่วน ทำเป็นผงละลายน้ำผึ้งปั้นกินทุกวัน กินได้ 1 เดือน ไม่มีโรค ปัญญาดี กินได้ 2 เดือน ผิวหนังเต่งตึงกินได้ 3 เดือน โรคริดสีดวงทุกจำพวกหาย 4 เดือน แก้ลม 12 จำพวก หูไว กินได้ 5 เดือน หมดโรค 6 เดือน เดินไม่รู้จักเหนื่อย 7 เดือน ผิวงาม 8 เดือน เสียงเพราะ 9 เดือน หนังเหนียว ถ้าผิวแตกทั้งตัว เอา "เหงือกปลาหมอ" 1 ส่วน ดีปลี 1 ส่วน ทำผงชงกินกับน้ำร้อนหายได้ ทั้งหมดที่บอกเป็นตำรายาโบราณ ไม่เชื่อก็ไม่ควรลบหลู่ รู้ไว้เป็นวิชา

6.สมุนไพรรักษาโรคเหน็บชา ปลายประสาทอักเสบ

ส่วนประกอบของสมุนไพรที่ใช้รักษาโรคเหน็บชาค่ะ

1. ใบย่านาง
2. ใบมะกา
3. โคคลาน
4. เถาเอ็นอ่อน
5. สะค้าน
6. ยาดำ
7. ลูกกระดอม
8. รากคูน
9. มะตูมอ่อนแห้ง
10. ลูกขี้กาแดง
11. รากช้าพลู

เอาหนักอย่างละ 30 กรัม (2 บาท) นำมาต้มกินน้ำครั้งละครึ่งแก้ว วันละ 3 เวลา โรคเหน็บชาหายได้ภายใน 4-5 หม้อแล

7.ยาแก้คัน,

สมุนไพรขมิ้นชัน, สมุนไพรพลูโขลกผสมเหล้าขาทา, สมุนไพรแก้คัน, สมุนไพรใบกระเพรา,สมุนไพรไพล

8.ลมพิษ

สมุนไพรชนิดทา

- สีเสียด นำสีเสียดมาผสมกับปูนแดง (ที่ใช้กินกับหมาก) ใส่น้ำพอหมาด ใช้ทาบริเวณที่เป็นลมพิษ
- ใบพลู นำใบพลูมาตำให้ละเอียด ผสมกับเหล้าขาว ใช้ทาบริเวณที่เป็นลมพิษ
- หัวข่าแก่ นำหัวข่าแก่มาตำให้ละเอียด ผสมเหล้าขาว นำมาทาบริเวณที่เป็นลมพิษ
- ใบเสลดพังพอน นำใบหรือต้นของเสลดพังพอนตำกับแป้งดินสอพอง ผสมเหล้า ใช้ทาบริเวณที่เป็นลมพิษ

หมายเหตุ ใช้สมุนไพรเหล่านี้ในปริมาณที่พอเหมาะกับบริเวณที่เป็น

และใช้ปูนแดงหรือเหล้าขาวซึ่งเป็นตัวทำปฏิกิริยาในปริมาณเล็กน้อย

สมุนไพรชนิดกิน

- นำใบขิงสด ใบพริกไทยสด และใบคนทีสอ อย่างละเจ็ดใบมาโขลกรวมกัน แล้วคั้นเอาน้ำที่ได้มาดื่มแก้ลมพิษ
- นำต้นขลู่นา (ทั้งราก ต้น ใบ และดอก) ต้มกับน้ำสะอาดดื่มบ่อยๆ นอกจากจะช่วยขับปัสสาวะได้แล้ว ยังช่วยบรรเทาอาการลมพิษได้อีกทางหนึ่ง

9. เม่า รักษาโรหิตจาง

ฤทธิ์ต้านเชื้อ "เอชไอวี" เชื้อแบคทีเรียของสมุนไพร 5 ชนิด คือ มะเม่า, ฟ้าทะลายโจร, หญ้าแห้วหมู, ผักเป็ดแดง และ สายน้ำผึ้ง พบว่า มะเม่า กับ สายน้ำผึ้ง มีศักยภาพในการกระตุ้นภูมิคุ้มกันและมีฤทธิ์ต้านเชื้อ "เอชไอวี" ได้ดีมาก

ผลไม้บำรุงเลือด

กล้วย ทับทิม แตงโม สตอเบอรี่ แก้วมังกร

10.มังคุดจึงไม่ใช่เพียงผลไม้ที่มีรสชาติอร่อยแต่ยังมีคุณประโยชน์ต่อร่างกาย ทั้งคุณค่าทางโภชนาการและการนำมาใช้เป็นยารักษาโรคได้อีกด้วย “มังคุด” จึงเป็นของขวัญล้ำค่าที่ธรรมชาติได้มอบให้กับมวลมนุษยชาติอย่างแท้จริง

เหตุผล 33 ประการ ที่ควรพิจารณาใช้สารสกัดจากมังคุด

- ต้านอาการเมื่อยล้า (เพิ่มพลังอาหาร)
- ป้องกันการระคายเคือง อักเสบ
- ลดการเจ็บปวด
- ต้านการเกิดแผลในปาก
- ระงับอาการกดประสาท (ลดความเครียด)
- ลดอาการกังวล

- ลดภาวะสมองเสื่อม ช่วยป้องกันความผิดปกติของสมอง
- ป้องกันการเกิดเนื้องอกและมะเร็ง
- เพิ่มภูมิคุ้มกันโรค
- ชะลอความชรา
- ต้านอนุมูลอิสระ
- ต้านเชื้อไวรัส
- ต้านเชื้อแบคทีเรีย
- ต้านเชื้อรา
- ต้านการขับไขมันจากต่อมไขมันใต้ผิวหนังมากเกินไป (ต้านการทำงานของผิวหนังผิดปกติ)
- ลดไขมันที่ไม่ดีในเส้นเลือด (ลด L.D.L.)
- ป้องกันเส้นเลือดแดงแข็งตัว
- ป้องกันโรคหัวใจ
- ป้องกันความดันต่ำ
- ป้องกันอาการน้ำตาลในเลือดต่ำ
- ป้องกันโรคอ้วน (ช่วยลดน้ำหนัก)
- ป้องกันโรคข้อเสื่อม
- ป้องกันโรคกระดูกผุ
- ป้องกันโรคภูมิแพ้

- ป้องกันการเกิดโรคนิ่วในไต
- ป้องกันอาการไข้ (ไข้ระดับต่ำ)
- ป้องกันโรคพาร์กินสัน (โรคเกี่ยวกับระบบประสาทที่ทำให้สั่น)
- ป้องกันอาการท้องร่วง
- ป้องกันอาการปวดในระบบประสาท
- ป้องกันอาการเวียนศรีษะ
- ป้องกันโรคต้อหิน (โรคตาที่เกิดจากความดันสูงในกระบอกตาและทำให้ตาบอดในที่สุด)
- ป้องกันอาการตามัว (เกิดความผิดปกติที่เลนส์ในดวงตา)
- ป้องกันโรคเหงือก

11.กลุ่มยาลดไขมันในเส้นเลือด

-กระเจี๊ยบแดง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Hibiscus sabdariffa* L.

ชื่อสามัญ : Jamaican Sorel, Roselle

วงศ์ : Malvaceae

ชื่ออื่น : กระเจี๊ยบ กระเจี๊ยบเปรี้ย ผักเก็งเค็ง ส้มเก็งเค็ง ส้มตะเลงเครง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่ม สูง 50-180 ซม. มีหลายพันธุ์ ลำต้นสีม่วงแดง ใบเดี่ยว รูปฝ่ามือ 3 หรือ 5 แฉก กว้างและยาวใกล้เคียงกัน 8-15 ซม. ดอกเดี่ยว ออกที่ซอกใบ กลีบดอกสีชมพูหรือเหลืองบริเวณกลางดอกสีม่วงแดง เกสรตัวผู้เชื่อมกันเป็นหลอด ผลเป็นผลแห้ง แตกได้ มีกลีบเลี้ยงสีแดงฉ่ำน้ำหุ้มไว้

สรรพคุณ :

กลีบเลี้ยงของดอก หรือกลีบที่เหลืออยู่ที่ผล

เป็นยาลดไขมันในเส้นเลือด และช่วยลดน้ำหนักด้วย

ลดความดันโลหิตได้โดยไม่มีผลร้ายแต่อย่างใด

น้ำกระเจี๊ยบทำให้ความเหนียวข้นของเลือดลดลง

ช่วยรักษาโรคเส้นโลหิตแข็งเปราะได้ดี

น้ำกระเจี๊ยบยังมีฤทธิ์ขับปัสสาวะ เป็นการช่วยลดความดันอีกทางหนึ่ง

ช่วยย่อยอาหาร เพราะไม่เพิ่มการหลั่งของกรดในกระเพาะ

เพิ่มการหลั่งน้ำดีจากตับ

เป็นเครื่องดื่มที่ช่วยให้ร่างกายสดชื่น เพราะมีกรดซีตริคอยู่ด้วย

ใบ แก้โรคพยาธิตัวจี๊ด ยากัดเสมหะ แก้ไอ ขับเมือกมันในลำคอ ให้ลงสู่ทวารหนัก

ดอก แก้โรคนิ่วในไต แก้โรคนิ่วในกระเพราะปัสสาวะ ขัดเบา ละลายไขมันในเส้นเลือด กัดเสมหะ ขับเมือกในลำไส้ให้ลงสู่ทวารหนัก

ผล ลดไขมันในเส้นเลือด แก้กระหายน้ำ รักษาแผลในกระเพาะ

เมล็ด บำรุงธาตุ บำรุงกำลัง แก้ดีพิการ ขับปัสสาวะ ลดไขมันในเส้นเลือด

นอกจากนี้ได้บ่งสรรพคุณโดยไม่ได้ระบุว่าใช้ส่วนใด ดังนี้คือ แก้อ่อนเพลีย บำรุงกำลัง บำรุงธาตุ แก้ดีพิการ แก้ปัสสาวะพิการ แก้คอแห้ง

กระหายน้ำ แก้ความดันโลหิตสูง กัดเสมหะ แก้ไอ ขับเมือกมันในลำไส้ ลดไขมันในเลือด บำรุงโลหิต ลดอุณหภูมิในร่างกาย แก้โรคเบาหวาน แก้เส้นเลือดตีบตัน

นอกจากใช้เดี่ยวๆ แล้ว ยังใช้ผสมในตำรับยาร่วมกับสมุนไพรอื่น ใช้ถ่ายพยาธิตัวจี๊ด

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

โดยนำเอากลีบเลี้ยง หรือกลีบรองดอกสีม่วงแดง ตากแห้งและบดเป็นผง ใช้ครั้งละ 1 ช้อนชา (หนัก 3 กรัม) ชงกับน้ำเดือด 1 ถ้วย (250 มิลลิลิตร) ดื่มเฉพาะน้ำสีแดงใส ดื่มวันละ 3 ครั้ง ติดต่อกันทุกวันจนกว่าอาการขัดเบาและอาการอื่นๆ จะหายไป

สารเคมี

ดอก พบ Protocatechuic acid, hibiscetin, hibicin, organic acid, malvin, gossypetin

คุณค่าด้านอาหาร

น้ำกระเจี๊ยบแดง มีรสเปรี้ยว นำมาต้มกับน้ำ เติมน้ำตาล ดื่มแก้ร้อนใน กระหายน้ำ และช่วยป้องกันการจับตัวของไขมันในเส้นเลือดได้ และยังนำมาทำขนมเยลลี่ แยม หรือใช้เป็นสารแต่งสี ใบอ่อนของกระเจี๊ยบเป็นผักได้ หรือใช้แกงส้ม รสเปรี้ยวกำลังดี กระเจี๊ยบเปรี้ยวมีชื่อเรียกอีกชื่อว่า "ส้มพอเหมาะ" ในใบมี วิตามินเอ ช่วยบำรุงสายตา ส่วนกลีบเลี้ยง

และกลีบดอก มีสารแคลเซียม ช่วยบำรุงกระดูกและฟันให้แข็งแรง

น้ำกระเจี๊ยบแดงที่ได้สีแดงเข้ม สาร Anthocyanin นำไปแต่งสีอาหารตามต้องการ

-เสาวรส



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Passiflora laurifolia* L.

ชื่อสามัญ : Jamaica honey-suckle, Passion fruit, Yellow granadilla

วงศ์ : Passifloraceae

ชื่ออื่น : สุคนธรส (ภาคกลาง)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : เป็นไม้เถา เถามีลักษณะกลม ใบ เป็นใบเดี่ยว ขอบใบหยักลึก ที่ก้านใบมีต่อมใบ ดกหนา เป็นมันสีเขียวแก่ ดอก ออกดอกเดี่ยวขนาดใหญ่ ห้อยคว่ำคล้ายกับดวงไฟโคม กาบดอกหุ้มสีเขียว กลีบชั้นนอกเป็นรูปกระบอก ปลายแฉกด้านหลังมีสีเขียว

แก่ ด้านในมีสีม่วงอ่อนประกอบด้วยจุดแดง ๆ กลีบชั้นในลักษณะคล้ายกับตัวแฉกของกลีบชั้นนอก สีม่วงอ่อนหรือชมพูอ่อนมีประสีแดงแซม กลีบย่อยกลางมีเป็นชั้น ๆ สองชั้นแต่ละกลีบค่อนข้างกลม สีม่วงแก่ พาดด้วยปลายสีขาวสลับแดง มีเกสรอยู่ตรงกลางสีเขียวนวล ดอกมีกลิ่นหอมแรงจัดมาก ผล เป็นรูปไข่หรือไข่ยาว มีหลายพันธุ์ บางพันธุ์ ผิวผลสีม่วง สีเหลือง สีส้มอมน้ำตาล เปลือกผล เรียบ เนื้อรับประทานได้ มีเมล็ดจำนวนมาก อยู่ตรงกลาง

สรรพคุณ : ลดไขมันในเส้นเลือด

วิธีและปริมาณที่ใช้ : ใช้ผลที่แก่จัด ไม่จำกัดจำนวน ล้างสะอาด ผ่าครึ่ง คั้นเอาแต่น้ำ เติมเกลือและน้ำตาลเล็กน้อย ให้รสกลมกล่อมตามชอบ ใช้ดื่มเป็นน้ำผลไม้ ลดไขมันในเส้นเลือด

-คำฝอย



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Carthamus tinctorius* L.

ชื่อสามัญ : Safflower, False Saffron, Saffron Thistle

วงศ์ : Compositae

ชื่ออื่น : คำ คำฝอย ดอกคำ (เหนือ) คำยอง (ลำปาง)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ล้มลุก สูง 40-130 ซม. ลำต้นเป็นสัน แตกกิ่งก้านมาก ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปวงรี รูปใบหอกหรือรูปขอบขนาน กว้าง 1-5 ซม. ยาว 3-12 ซม. ขอบใบหยักฟันเลื่อย ปลายเป็นหนามแหลม ดกช่อ ออกที่ปลายยอด มีดอกย่อยขนาดเล็กจำนวนมาก เมื่อบานใหม่ๆ กลีบดอกสีเหลืองแล้วจึงเปลี่ยนเป็นสีแดง ใบประดับแข็งเป็นหนามรองรับช่อดอก ผลเป็นผลแห้ง ไม่แตก เมล็ดเป็นรูปสามเหลี่ยม สีขาว ขนาดเล็ก

สรรพคุณ :

ดอก หรือกลีบที่เหลืออยู่ที่ผล

- รสหวาน บำรุงโลหิตระดู แก้น้ำเหลืองเสีย แก้แสบร้อนตามผิวหนัง
- บำรุงโลหิต บำรุงหัวใจ บำรุงประสาท ขับระดู แก้ดีพิการ
- โรคผิวหนัง ฟอกโลหิต
- ลดไขมันในเส้นเลือด ป้องกันไขมันอุดตัน

เกสร

- บำรุงโลหิต ประจำเดือนของสตรี

เมล็ด

- เป็นยาขับเสมหะ แก้โรคผิวหนัง ทาแก้บวม
- ขับโลหิตประจำเดือน
- ตำพอกหัวเหน่า แก้ปวดมดลูกหลังจากการคลอดบุตร

น้ำมันจากเมล็ด

- ทาแก้อัมพาต และขัดตามข้อต่างๆ

ดอกแก่

- ใช้แต่งสีอาหารที่ต้องการให้เป็นสีเหลือง

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

ชาดอกคำฝอย ช่วยเสริมสุขภาพ ช่วยลดไขมันในเส้นเลือด โดยใช้ดอกแห้ง 2 หยิบมือ (2.5 กรัม) ชงน้ำร้อนครึ่งแก้ว ดื่มเป็นเครื่องดื่มได้

สารเคมี

ดอก พบ Carthamin, sapogenin, Carthamone, safflomin A, sfflor yellow, safrole yellow

เมล็ด จะมีน้ำมัน ซึ่งประกอบด้วยกรดไขมันที่ไม่อิ่มตัว

คุณค่าด้านอาหาร

ในเมล็ดคำฝอย มีน้ำมันมาก สารในดอกคำฝอย พบว่าแก้อาการอักเสบ มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อบางตัวได้

ในประเทศจีน ดอกคำฝอย เป็นยาเกี่ยวกับสตรี ตำรับยาที่ใช้รักษาสตรีที่ประจำเดือนคั่งค้างไม่เป็นปกติ หรืออาการปวดบวม ฟกช้ำดำเขียว มักจะใช้ดอกคำฝอยด้วยเสมอ โดยต้มน้ำแช่เหล้า หรือใช้วิธีตำพอก แต่มีข้อควรระวังคือ หญิงมีครรภ์ ห้ามรับประทาน

ใช้ดอกคำฝอยแก่ มาชงน้ำร้อน กรอง จะได้น้ำสีเหลืองส้ม (สาร safflower yellow) ใช้แต่งสีอาหารที่ต้องการให้เป็นสีเหลือง

12.กลุ่มยารักษาโรคผิวหนัง ผื่นคัน กลากเกลื้อน

-กุ่มบก



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Crateva adansonii* DC. subsp. trifoliata (Roxb.) Jacobs

ชื่อสามัญ : Sacred Barnar, Caper Tree

วงศ์ : Capparaceae

ชื่ออื่น : ผักกุ่ม

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้นขนาดกลาง สูง 6-10 ม. ใบประกอบแบบนิ้วมือ มีใบย่อย 3 ใบ ก้านใบประกอบยาว 7-9 ซม. ใบย่อยรูปรีหรือรูปไข่ กว้าง 4-6 ซม. ยาว 7.5-11 ซม. ปลายแหลมหรือเรียวแหลม โคนแหลมหรือสอบแคบ ขอบเรียบ ใบย่อยที่อยู่ด้านข้างโคนใบเบี้ยว แผ่นใบค่อนข้างหนา เส้นแขนงใบข้างละ 4-5 เส้น ก้าน

ใบย่อยยาว 4-5 มม. ช่อดอกแบบช่อกระจะ ออกตามง่ามใบใกล้ปลายยอด ก้านดอกยาว 3-7 ซม. กลีบเลี้ยงรูปรี กว้าง 2-3 มม. ยาว 4-5 มม. เมื่อแห้งมักเป็นสีส้ม กลีบดอกสีขาวอมเขียวแล้วค่อยๆ เปลี่ยนเป็นสีเหลืองหรือชมพูอ่อน รูปรี กว้าง 0.8-1.5 ซม. ยาว 1.2-1.8 ซม. โคนกลีบเป็นเส้นคล้ายก้าน ยาว 3-7 มม. เกสรเพศผู้สีม่วง มี 15-22 อัน ก้านชูอับเรณูยาวประมาณ 4 ซม. ก้านชูเกสรเพศเมียยาวประมาณ 5 ซม. รังไข่ค่อนข้างกลมหรือรี มี 1 ช่อง ผลกลม เส้นผ่านศูนย์กลาง 2-3.5 ซม. เปลือกมีจุดแต้มสีน้ำตาลอมแดง เมื่อแก่เปลือกเรียบ ก้านผลกว้าง 2-4 มม. ยาว 5-13 ซม. เมล็ดรูปคล้ายเกือกม้าหรือรูปไต กว้างประมาณ 2 มม. ยาวประมาณ 6 มม. ผิวเรียบ

สรรพคุณ :

ใบ - ขับลม ฆ่าแม่พยาธิ เช่น พวกตะมอย และทาแก้เกลื้อนกลาก

เปลือก - ร้อน ขับลม แก้นิ่ง แก้ปวดท้อง ลงท้อง คุมธาตุ

กระพี้ - ทำให้ขี้หูแห้งออกมา

แก่น - แก้ริดสีดวง ผอม เหลือง

ราก - แก้มานกษัย อันเกิดแต่กองลม

เปลือก - ใช้ทาภายนอก แก้โรคผิวหนัง

-ข่า



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Alpinia galanga* (L.) Willd.

ชื่อสามัญ : Galanga

วงศ์ : Zingiberaceae

ชื่ออื่น : ข่าหยวก ข่าหลวง (ภาคเหนือ) , กฏุกกโรหินี (ภาคกลาง)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ล้มลุก สูง 1.5-2 เมตร เหง้ามีข้อและปล้องชัดเจน *ใบ* เดี่ยว เรียงสลับ รูปใบหอก รูปวงรีหรือเกือบขอบขนาน กว้าง 7-9 ซม. ยาว 20-40 ซม. *ดอก* ช่อ ออกที่ยอด ดอกย่อยขนาดเล็ก กลีบดอกสีขาว โคนติดกันเป็นหลอดสั้นๆ ปลายแยกเป็น 3กลีบ กลีบใหญ่ที่สุดมีริ้วสีแดง ใบประดับรูปไข่ *ผล* เป็นผลแห้งแตกได้ รูปกลม

สรรพคุณ :

เป็นยาแก้ท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อ ขับลม

แก้อาหารเป็นพิษ

เป็นยาแก้ลมพิษ

เป็นยารักษากลากเกลื้อน โรคผิวหนัง ติดเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

รักษาท้องขึ้น ท้องอืด ท้องเฟ้อ ขับลม แก้ท้องเดิน (ที่เรียกโรคป่วง) แก้บิด อาเจียน ปวดท้อง

ใช้เหง้าข่าแก่สด ยาวประมาณ 1-1 ½ นิ้วฟุต (หรือประมาณ 2 องคุลี) ตำให้ละเอียด เติมน้ำปูนใส ใช้น้ำยาดื่ม ครั้งละ ½ ถ้วยแก้ว วันละ 3 เวลา หลังอาหาร

รักษาลมพิษ

ใช้เหง้าข่าแก่ๆ ที่สด 1 แง่ง ตำให้ละเอียด เติมเหล้าโรงพอให้แฉะๆ ใช้ทั้งเนื้อและน้ำ ทาบริเวณที่เป็นลมพิษบ่อยๆ จนกว่าจะดีขึ้น

รักษากลากเกลื้อน โรคผิวหนัง

ใช้เหง้าข่าแก่ เท่าหัวแม่มือ ตำให้ละเอียดผสมเหล้าโรง ทาที่เป็นโรคผิวหนัง หลายๆ ครั้งจนกว่าจะหาย

สารเคมี

1 - acetoxychavicol acetate น้ำมันหอมระเหย ซึ่งประกอบด้วย monoterene 2 - terpineol, terpenen 4 - ol, cineole, camphor, linalool, eugenol

-ขมิ้นชัน



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Curcuma longa* L.

ชื่อสามัญ : Turmaric

วงศ์ : Zingiberaceae

ชื่ออื่น : ขมิ้น (ทั่วไป) ขมิ้นแกง ขมิ้นหยอก ขมิ้นหัว (เชียงใหม่) ขี้มิ้น หมิ้น (ภาคใต้)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ล้มลุก อายุหลายปี สูง 30-90 ซม. เหง้าใต้ดินรูปไข่มีแขนงรูปทรงกระบอกแตกออกด้านข้าง 2 ด้าน ตรงกันข้าม เนื้อในเหง้าสีเหลืองส้ม มีกลิ่นเฉพาะ ใบ เดี่ยว แทงออกมาเหง้าเรียงเป็นวงซ้อนทับกันรูปใบหอก กว้าง 12-15 ซม. ยาว 30-40 ซม. ดอก ช่อ แทงออกจากเหง้า แทรกขึ้นมาระหว่างก้านใบ รูปทรงกระบอก กลีบดอกสีเหลืองอ่อน ใบประดับสีเขียวอ่อนหรือสีนวล บานครั้งละ 3-4 ดอก ผลรูปกลมมี 3 พู

ส่วนที่ใช้ : เหง้าแก่สด และแห้ง

สรรพคุณ :

เป็นยาภายใน

- แก้ท้องอืด
- แก้ท้องร่วง
- แก้โรคกระเพาะ

เป็นยาภายนอก

- ทาแก้ผื่นคัน โรคผิวหนัง พุพอง
- ยารักษาชันนะตุและหนังศีรษะเป็นเม็ดผื่นคัน

วิธีและปริมาณที่ใช้

เป็นยาภายใน

เหง้าแก่สดยาวประมาณ 2 นิ้ว เอามาขูดเปลือก ล้างน้ำให้สะอาด ตำให้ละเอียด เติมน้ำ คั้นเอาแต่น้ำ รับประทานครั้งละ 2 ช้อนโต๊ะ วันละ 3-4 ครั้ง

เป็นยาภายนอก

เหง้าแก่แห้งไม่จำกัดจำนวน ป่นให้เป็นผงละเอียด ใช้ทาตามบริเวณที่เป็นเม็ดผื่นคัน โดยเฉพาะในเด็กนิยมใช้มาก

สารเคมี

ราก และ เหง้า มี tumerone, zingerene bissboline, zingiberene,(+)

- sabinene, alpha-phellandrene, curcumone, curcumin

-ทองพันชั่ง




ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Rhinacanthus nasutus* (L.) Kurz

ชื่อสามัญ : White crane flower

วงศ์ : ACANTHACEAE

ชื่ออื่น : ทองคันชั่ง หญ้ามันไก่

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่ม สูง 1-2 เมตร กิ่งอ่อนเป็นสี่เหลี่ยม ใบ เดี่ยว ดอกช่อ ออกที่ซอกใบ กลีบดอกสีขาว โคนติดกันเป็นหลอด ปลายแยกเป็น 2 ปาก ปากล่างมีประสีม่วงแดง ผล แก้งแตกได้

ส่วนที่ใช้ : ใบสด รากสด หรือตากแห้งเก็บเอาไว้ใช้

สรรพคุณ : ใช้รักษาโรคผิวหนัง กลากเกลื้อน ผื่นคันเรื้อรัง

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

ใช้ใบสด หรือราก ตำแช่เหล้า หรือแอลกอฮอล์ ทาบ่อย

ใช้ใบสด ตำให้ละเอียด ผสมน้ำมันก๊าด ทาบริเวณที่เป็นกลาก วันละ

1 ครั้ง เพียง 3 วัน โรคกลากหายขาด
ใช้รากทองพันชั่ง 6-7 รากและหัวไม้ขีดไฟครึ่งกล่อง นำมาตำเข้ากันให้ละเอียด ผสมน้ำมันใส่ผมหรือวาสลิน (กันไม่ให้ยาแห้ง) ทาบริเวณที่เป็นกลาก หรือโรคผิวหนังบ่อยๆ
ใช้รากของทองพันชั่ง บดละเอียดผสมน้ำมะขามและน้ำมะนาว ชโลมทาบริเวณที่เป็น

-นางแย้ม



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Clerodendrum chinense* (Osbeck) Mabb.

ชื่อพ้อง : *Volkameria fragrans* Vent.

ชื่อสามัญ : Glory Bower

วงศ์ : Labiatae

ชื่ออื่น : ปิ้งหอม

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่มลำต้นเตี้ยสูงประมาณ 3-5 ฟุต ใบเป็นใบเดี่ยวจะออกเป็นคู่ๆ ตรงข้ามกัน ลักษณะใบเป็นรูปใบโพธิ์ ตรงปลายแหลมแต่ไม่มีติ่ง ขอบใบหยักรอบใบ ออกดอกเป็นช่อ ดอกจะเบียดเสียดติดกันแน่นในช่อ ช่อดอกหนึ่งกว้างประมาณ 4-5 นิ้ว ลักษณะดอกย่อยคล้ายดอกมะลิซ้อนสีขาว บานเต็มที่ประมาณ 1 นิ้ว ดอกย่อยมีกลีบเลี้ยงสีม่วงแดงเป็นหลอดสั้น ปลายแยก 5-6 แฉก ดอกย่อยบานไม่พร้อมกันและบานนานหลายวัน มีกลิ่นหอมมากทั้งกลางวันและกลางคืน ออกดอกตลอดปี

ส่วนที่ใช้ : ต้น ใบ และราก

สรรพคุณ :

ใบ - แก้โรคผิวหนัง ผื่นคัน

ราก

- ขับระดู ขับปัสสาวะ
- แก้หลอดลมอักเสบ ลำไส้อักเสบ
- แก้เหน็บชา บำรุงประสาท รวมทั้งเหน็บชาที่มีอาการบวมช้ำ
- แก้ไข้ แก้ฝีภายใน
- แก้ริดสีดวง ดากโผล่
- แก้กระดูกสันหลังอักเสบเรื้อรัง
- แก้ปวดเอว และปวดข้อ แก้ไตพิการ

ตำรับยา และวิธีใช้

เหน็บชา ปวดขา

ใช้ราก 15-30 กรัม ตุ๋นกับไก่ รับประทานติดต่อกัน 2-3 วัน

ปวดเอวปวดข้อ เหน็บชาที่มีอาการบวมช้ำ

ใช้รากแห้ง 30-60 กรัม ต้มน้ำดื่ม

ขับระดูขาว ลดความดันโลหิตสูง แห้หลอดลมอักเสบ

ใช้ราก และใบแห้ง 15-30 กรัม ต้มน้ำดื่ม

ริดสีดวงทวาร ดากโผล่

ใช้รากแห้งจำนวนพอควร ต้มน้ำ แล้วนั่งแช่ในน้ำนั้นชั่วครู่

โรคผิวหนัง ผื่นคัน เริม

ใช้ใบสด จำนวนพอควร ต้มน้ำชะล้างบริเวณที่เป็น

สารเคมีที่พบ : มี Flavonoid glycoside, phenol, saponin และ Tannin

-ใบระบาด



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Argyreia nervosa* (Burm.f.) Bojer

ชื่อสามัญ : Morning Glory , Baby Hawaiian Woodrose

วงศ์ : Convolvulaceae

ชื่ออื่น : ผักระบาด (ภาคกลาง) เมืองบอน (กรุงเทพฯ)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้เถา ยาวได้ถึง 10 เมตร ทุกส่วนมียางสีขาว และขนสีขาวหนาแน่น ใบ ใบเดี่ยว ออกสลับ รูปหัวใจ กว้าง 9 - 25 เซนติเมตร ยาว 11 - 30 เซนติเมตร ปลายแหลม โคนเว้า ด้านล่างมีขนอ่อนนุ่มคล้ายเส้นไหม สีเทาเงิน ดอก สีม่วงอมชมพูออกเป็นช่อตามซอกใบ ก้านช่อแข็ง ยาวประมาณ 20 เซนติเมตร ใบประดับ รูปไข่ ยาว 3 - 5 เซนติเมตร กลีบเลี้ยง 5 กลีบ ขนาดไม่เท่ากัน กลีบดอกรูปกรวย ยาวประมาณ 6 เซนติเมตรปลายแผ่ออกและหยักเป็นแฉกตื้น ๆ เมื่อบานเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 6 เซนติเมตร เกสรตัวผู้ 5 อัน ผลกลม เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 2 เซนติเมตร ปลายมีติ่ง

ส่วนที่ใช้ : ใบสด

สรรพคุณ : ยารักษาโรคผิวหนัง ผื่นคัน

วิธีและปริมาณที่ใช้

ใช้ใบสด 2-3 ใบ นำมาล้างให้สะอาด ตำให้ละเอียด ใช้ทาบริเวณที่เป็นโรคผิวหนัง วันละ 2-3 ครั้งติดต่อกัน 3-4 วันจะเห็นผล

สารเคมี : เมล็ด(white seed coat exterior) มี cyanogenic glycosides

หมายเหตุ : เป็นสมุนไพรที่ใช้เฉพาะภายนอก **ห้าม รับประทาน** เนื่องจาก ใบ ถ้ารับประทานเข้าไปทำให้คลุ้มคลั่ง ตาพร่า มึนงง เมล็ด ถ้ารับประทานเข้าไปทำให้ประสาทหลอน

-เปล้าน้อย



ชื่อวิทยาศาสตร์ : Croton stellatopilosus Ohba

ชื่อพ้อง : Croton sublyratus Kurz

วงศ์ : EUPHORBIACEAE

ชื่ออื่น : เปล้าท่าโพ (ภาคตะวันออกเฉียงใต้)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่ม หรือไม้ยืนต้น สูง 1 - 4 เมตร ผลัดใบ ใบเดี่ยว เรียงสลับรูปใบหอกกลับ กว้าง 4 - 6 ซม. ยาว 10 - 15 ซม. ดอกช่อ ออกที่ซอกใบบริเวณปลายกิ่ง และที่ปลายกิ่ง ดอกช่อย่อย

ขนาดเล็ก แยกเพศ อยู่ในช่อเดียวกัน กลีบดอกสีนวล ผลแห้ง แตกได้ มี 3 พู

สรรพคุณ : ใบ ราก รักษาโรคผิวหนัง คัน กลากเกลื้อน

วิธีและปริมาณที่ใช้ : ใช้ใบ หรือรากสด ตำให้ละเอียด ใช้น้ำคั้นที่ออกมาทาบริเวณที่เป็น

-เหงือกปลาหมอ



ชื่อวิทยาศาสตร์ : Acanthus ebracteatus Vahl

ชื่อพ้อง : Acanthus ilicifolius L.

ชื่อสามัญ : Sea holly

วงศ์ : ACANTHACEAE

ชื่ออื่น : แก้มหมอ แก้มหมอเล จะเกร็ง นางเกร็ง อีเกร็ง เหงือกปลาหม

น้ำเงิน

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : เป็นไม้พุ่มขนาดกลาง สูง 1-2 เมตร ลำต้นและใบมีหนาม ใบหนามแข็งมีขอบเว้าและมีหนามแหลม ใบออกเป็นคู่ตรงข้ามกัน ดอกออกเป็นช่อตามยอด กลีบดอกสีขาวอมม่วง มี 4 กลีบแยกจากกัน ผลเป็นฝักสีน้ำตาล มี 4 เมล็ด ชอบขึ้นตามชายน้ำ ริมฝั่งคลองบริเวณปากแม่น้ำ

ส่วนที่ใช้ : ต้น และใบ ทั้งสดและแห้ง ราก เมล็ด

สรรพคุณ :

ต้นทั้งสดและแห้ง - แก้แผลพุพอง น้ำเหลืองเสีย เป็นฝีบ่อยๆ

ใบ - เป็นยาประคบแก้ไขข้ออักเสบ แก้ปวดต่าง ๆ รักษาโรคผิวหนัง ขับน้ำเหลืองเสีย

ราก

- ขับเสมหะ บำรุงประสาท แก้ไอ แก้หืด
- รักษามุตกิดระดูขาว

เมล็ด

- ปิดพอกฝี
- ต้มดื่มแก้ไอ ขับพยาธิ ขับน้ำเหลืองเสีย

วิธีและปริมาณที่ใช้ : ใช้ต้นและใบสด 3-4 กำมือ ล้างให้สะอาด นำมาสับ ต้มน้ำอาบแก้ผื่นคัน ใช้ติดต่อกัน 3-4 ครั้ง

-พิลังกาสา



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Ardisia polycephala* Wall.

วงศ์ : MYRSINACEAE

ชื่ออื่น : ตีนจำ (เลย) ผักจำ ผักจ้ำแดง (เชียงใหม่, เชียงราย)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้นขนาดย่อม สูง 2-3 เมตร ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับกันเป็นคู่ ๆ ตามข้อต้น ลักษณะใบเป็นรูปไข่ ปลายแหลม โคนใบสอบ ขอบใบเรียบ ไม่มีจักร ใบจะหนา ใหญ่ มีสีเขียวเป็นมัน ดอกออกเป็นช่ออยู่ตามปลายกิ่ง หรือตามส่วนยอด ดอกมีสีชมพูอมขาว ผลโตเท่าขนาดเม็ดนุ่น เมื่อยังอ่อนเป็นสีแดง ผลแก่จะเป็นสีม่วงดำ

ส่วนที่ใช้ และสรรพคุณ :

ใบ - แก้โรคตับพิการ แก้ท้องเสีย แก้ไอ แก้ลม

ดอก - ฆ่าเชื้อโรค แก้พยาธิ

เมล็ด - แก้ลมพิษ

ราก - แก้กามโรค และหนองใน พอกปิดแผล ถอนพิษงู

ต้น - แก้โรคผิวหนัง โรคเรื้อน

สารที่พบ : α - amyrin, rapanone ฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา - ต้านเชื้อแบคทีเรีย ยับยั้ง platelet activating factor receptor binding

-มะยม



ชื่อวิทยาศาสตร์ : Phyllanthus acidus (L.) Skeels

ชื่อสามัญ : Star Gooseberry

วงศ์ : Euphorbiaceae

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้นขนาดเล็กถึงขนาดกลาง สูงประมาณ 3 – 10 เมตร ลำต้นตั้งตรง แตกกิ่งก้านสาขาบริเวณปลายยอด กิ่งก้านจะเปราะและแตกง่าย เปลือกต้นขรุขระสีเทาปนน้ำตาล ใบ เป็นใบรวม มีใบย่อยออกเรียงแบบสลับกันเป็น 2 แถว แต่ละก้านมีใบย่อย 20 – 30 คู่ ใบรูปขอบขนานกลมหรือค่อนข้างเป็นสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนปลายใบแหลม ฐานใบกลมหรือมน ขอบใบเรียบ ดอกออกเป็นช่อตามกิ่ง ดอกย่อยสีเหลืองอมน้ำตาลเรื่อๆ ผล เมื่ออ่อนสีเขียว เมื่อแก่เปลี่ยนเป็นสีเหลืองหรือขาวแกมเหลือง เนื้อฉ่ำน้ำ เมล็ดรูปร่างกลม แข็ง สีน้ำตาลอ่อน 1 เมล็ด

ส่วนที่ใช้ : ใบตัวผู้ ผลตัวเมีย รากตัวผู้

สรรพคุณ :

ใบตัวผู้ - แก้พิษคัน แก้พิษไข้หัว เหือด หัด สุกใส ดำแดง ปรุงในยาเขียว และใช้เป็นอาหารได้

ผลตัวเมีย - ใช้เป็นอาหารรับประทาน

รากตัวผู้ - แก้ไข้ แก้โรคผิวหนัง แก้ประดง แก้เม็ดผื่นคัน ขับน้ำเหลืองให้แห้ง

วิธีและปริมาณที่ใช้ : ใช้ใบตัวผู้ หรือรากตัวผู้ ต้มน้ำดื่ม

สารเคมี

ผล มี tannin, dextrose, levulose, sucrose, vitamin C

ราก มี beta-amyrin, phyllanthol, tannin saponin, gallic acid

-ว่านมหากาฬ



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Gynura pseudochina* (L.) DC.

วงศ์ : Asteraceae (Compositae)

ชื่ออื่น : ดาวเรือง (ภาคกลาง)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ล้มลุก มีรากขนาดใหญ่ ลำต้นอวบน้ำ ทอดเลื้อยย ตั้งขึ้น ใบ เดี่ยว ขอบใบหยัก หลังใบสีม่วงเข้ม ท้องใบสีเขียวแกมเทา ดอก ช่อ ออ ยอด ก้านช่อดอกยาว กลีบดอกสีเหลืองทอง ผล เป็นผลแห้ง ไม่แตก

ส่วนที่ใช้ : หัว ใบสด

สรรพคุณ :

หัว

- รับประทานแก้พิษอักเสบ ดับพิษกาฬ พิษร้อน

- แก้ไข้พิษเซื่องซึม แก้เริม

ใบสด

- ขับระดู
- ตำพอกฝี หรือหัวละมะลอก งูสวัด เริม ทำให้เย็น ถอนพิษ แก้ปวดแสบปวดร้อ

วิธีและปริมาณที่ใช้

ใช้ใบสด 5-6 ใบ ล้างน้ำให้สะอาด ตำในภาชนะทีสะอาด ใส่พิมเสนเล็กน้อ

ใช้ใบสด 5-6 ใบ โขลกผสมกับสุรา ใช้น้ำทา และพอกบริเวณที่เป็นด้วยก็ไ

ข้อสังเกต - ในการใช้ว่านมหากาฬรักษาเริม และงูสวัด เมื่อหายแล้ว มีการกลับเป็ กว่าเมื่อใช้เหล้าขาว

-อัคคีทวาร



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Clerodendrum serratum* L. var. *wallichii* C.B.clarke

วงศ์ : VERBENACEAE

ชื่ออื่น : ตรีชะวา (ภาคกลาง) ตั่งต่อ ปอสามเกี๋ยน สามสุม (ภาคเหนือ) พรายสะเ
ใหญ่ (นครราชสีมา) หลัวสามเกียน (เชียงใหม่) อัคคี (สุราษฎร์ธานี) อัคคีทวาร (ภ
เชียงใหม่)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่มขนาดเล็ก สูง 1 - 4 เมตร ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม
ขนาน รูปขอบขนานแกมใบหอก หรือรูปใบหอกแกมรูปไข่กลับ กว้าง 4 - 6 ซม.
ซม. ขอบใบหยักฟันเลื่อย ดอกช่อ ออกที่ปลายกิ่ง กลีบดอก 5 กลีบ กลีบกลางสีม่
ข้างสี่กลีบสีฟ้าสด รูปค่อนข้างกลม หรือรูปไข่กลับกว้าง เมื่อสุกสีม่วงเข้มหรือดำ

ส่วนที่ใช้ : ทั้งต้น ใบแห้ง ผล ราก

สรรพคุณ :

ทั้งต้น - รักษากลากเกลื้อน โรคเรื้อน

วิธีและปริมาณที่ใช้ : ใช้ใบ และต้น ตำพอกรักษากลากเกลื้อน โรคเรื้อน พอกแก้
เรื้อรัง และแก้ขัดตามข้อ และดูดหนอง

13.กลุ่มพืชหอม เป็นยาบำรุงหัวใจ

-กระดังงาไทย



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cananga odorata* Hook.f. & Thomson var. odorata

ชื่อสามัญ : Ylang-ylang Tree

วงศ์ : ANNONACEAE

ชื่ออื่น : กระดังงา, กระดังงาใบใหญ่ , กระดังงาใหญ่, สะบันงา, สะบันงาต้น

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้น สูง 10-20 ม. มีรอยแผลใบขนาดใหญ่กระจายอยู่ทั่วไป กิ่งตั้งฉากกับลำต้นปลายย้อยลู่ลง ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปรีหรือรูปไข่ยาว ปลายแหลม โคนมนหรือเว้าและเบี้ยวเล็กน้อย ขอบเรียบหรือเป็นคลื่น ใบอ่อนมีขนทั้ง 2 ด้าน ใบแก่มักมีขน

มากตามเส้นแขนงใบและเส้นกลางใบ ช่อดอกสั้น ออกห้อยรวมกันบนกิ่งเหนือรอยแผลใบ ช่อหนึ่งๆ มี 3-6 ดอก ดอกใหญ่ กลีบเลี้ยง 3 กลีบ รูปสามเหลี่ยม มีขน กลีบดอกเรียงสลับกัน 2 ชั้น ชั้นละ 3 กลีบ แต่ละกลีบรูปขอบขนานปลายแหลม มีขน ขอบเรียบหรือเป็นคลื่นเล็กน้อย กลีบชั้นในแคบกว่าชั้นนอกเล็กน้อย โคนกลีบด้านในสีม่วงอมน้ำตาล ดอกอ่อนกลีบสีเขียว เมื่อแก่เปลี่ยนเป็นสีเหลือง กลิ่นหอม เกสรเพศผู้มีจำนวนมาก เกสรเพศเมียมีหลายอัน อยู่แยกกัน ผลเป็นผลกลุ่ม อยู่บนแกนตุ้มกลม 4-15 ผล แต่ละผลรูปไข่ ผลอ่อนสีเขียว ผลแก่สีเขียวคล้ำจนเกือบดำ มี 2-12 เมล็ด เมล็ดสีน้ำตาลอ่อน รูปไข่แบน

สรรพคุณ :

ดอกแก่จัด - ใช้เป็นยาหอมบำรุงหัวใจ บำรุงโลหิต บำรุงธาตุ แก้ลมวิงเวียน ชูกำลังทำให้ชุ่มชื่น ให้น้ำมันหอมระเหย ใช้แต่งกลิ่นเครื่องสำอาง น้ำอบ ทำน้ำหอม ใช้ปรุงยาหอม บำรุงหัวใจ

ใบ, เนื้อไม้ - ต้มรับประทาน เป็นยาขับปัสสาวะพิการ

วิธีใช้ :

ใช้ดอกกลั่น ได้น้ำมันหอมระเหย

การแต่งกลิ่นอาหาร ทำได้โดยนำดอกที่แก่จัด ลมควันเทียนหรือเปลวไฟจากเทียนเพื่อให้ต่อมน้ำหอมในกลีบดอกแตก และส่งกลิ่นหอมออกมา แล้วนำไปเสียบไม้ ลอยน้ำในภาชนะปิดสนิท 1 คืน เก็บดอก

ทิ้งตอนเช้า นำน้ำไปคั้นกะทิ หรือปรุงอาหารอื่นๆ

สารเคมี : ใน ylang -ylang oil มีสารสำคัญคือ linalool ,

benzyl benzoate p-totyl methylether, methylether, benzyl acetate

-การะเกด



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Pandanus tectorius* Blume

ชื่อสามัญ : Screw Pine

วงศ์ : PANDANACEAE

ชื่ออื่น : การะเกดด่าง ลำเจียกหนู เตยดง เตยด่าง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่มกึ่งไม้ต้น สูง 3-7 ม. ลำต้นมักแตกกิ่งก้านสาขา มีรากอากาศค่อนข้างยาว และใหญ่ ใบเดี่ยวเรียงเวียนสลับกันเป็น 3 เกลียวที่ปลายกิ่ง รูปรางน้ำ กว้าง 0.7-2.5 ซม.ยาว 3-9 ซม. ค่อยๆ เรียวแหลมไปหาปลาย ขอบมีหนามแข็งยาว 0.2-1 ซม. แผ่น

ใบด้านล่างมีนวล ดอกแยกเพศ อยู่ต่างต้นกัน ออกตามปลายยอด มีจำนวนมาก ติดบนแกนของช่อ ไม่มีกลีบเลี้ยงและกลีบดอก ช่อดอกเพศผู้ตั้งตรง ยาว 25-60 ซม. มีกาบสีนวลหุ้ม กลิ่นหอม เกสรเพศผู้ติดรวมอยู่บนก้านซึ่งยาว 0.8-2 ซม. ช่อดอกเพศเมียค่อนข้างกลม ประกอบด้วยเกสรเพศเมียเชื่อมติดกัน 3-5 อัน เป็นกลุ่ม 5-12 กลุ่ม แต่ละกลุ่มกว้าง 2-5 ซม. ยาว 3-7 ซม. ปลายหยักตื้นเป็นร่องระหว่างยอดเกสรเพศเมีย ยอดเกสรเพศเมียเรียงเป็นวง ผลเบียดกันแน่นเป็นก้อนกลม เส้นผ่านศูนย์กลาง 10-20 ซม. แต่ละผลกว้าง 2-6.5 ซม. ยาว 4-7.5 ซม. เมื่อสุกหอม โคนสีเหลือง ตรงกลางสีแสด ตรงปลายยอดสีน้ำตาลอมเหลือง ผลที่สุกแล้วมีโพรงอากาศจำนวนมาก

สรรพคุณ :

ดอก

- ปรุงยาหอม ทำให้ชุ่มชื่นหัวใจ ดอกหอม รับประทาน มีรสขมเล็กน้อย
- แก้โรคในอก เช่น เจ็บคอ แก้เสมหะ บำรุงธาตุ
- อบกลิ่นเสื้อผ้าให้หอม

วิธีใช้ - นำดอกไปเคี่ยวกับน้ำมันมะพร้าว หรือมันหมู ปรุงเป็นน้ำมันใส่ผม นำดอกเข้ายาหอมบำรุงหัวใจ

-กุหลาบมอญ



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Rosa damascena* Mill.

ชื่อสามัญ : Rose, Damask rose

วงศ์ : Rosaceae

ชื่ออื่น : กุหลาบออน (เงี้ยว-แม่ฮ่องสอน) , ยี่สุ่น (กรุงเทพฯ)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : เป็นไม้พุ่มขนาดเล็ก สูง 1-2 เมตร ลำต้นและกิ่งมีหนาม ใบเป็นใบประกอบแบบขนนก รูปไข่ กว้าง 2-4 ซม. ยาว 3-5 ซม. ปลายใบแหลม โคนใบมนขอบจักเป็นฟันเลื่อย ออกดอกเป็นช่อดอกสีชมพูหรือสีแดง ออกเป็นช่อที่ปลายกิ่ง อยู่รวมเป็นกระจุก 3-5 ดอกมีกลีบเลี้ยง 5 กลีบ มีกลีบดอกจำนวนมากเรียงซ้อนกันหลายชั้นเมื่อดอกบานมีเส้นผ่านศูนย์กลาง 4.5-7 ซม. มีกลิ่นหอมแรงมากดอกดกและบานได้หลายวัน ออกดอกตลอดปี

ส่วนที่ใช้ : ดอกแห้ง และสด

สรรพคุณ :

ดอกแห้ง

- เป็นยาระบายอ่อนๆ
- แก้อาการอ่อนเพลีย บำรุงหัวใจ

ดอกสด

- กลั่นให้น้ำมันกุหลาบ แต่งกลิ่นยาและเครื่องสำอาง

วิธีใช้ - ใช้ดอกแห้งเข้ายาหอมบำรุงหัวใจ

-เตยหอม



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Pandanus amaryllifolius* Roxb.

ชื่อสามัญ : Pandanus Palm , Fragrant Pandan , Pandom wangi.

วงศ์ : Pandanaceae

ชื่ออื่น : ปาแนะวองิง (มาเลเซีย-นราธิวาส)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : เป็นพืชใบเลี้ยงเดี่ยวลักษณะแตกกอเป็นพุ่มขนาดเล็ก ลำต้นเป็นข้อ ใบออกเป็นพุ่มบริเวณปลายยอด เมื่อโตจะมีรากค้ำจุนช่วยพยุงลำต้นไว้ ใบเป็นใบเดี่ยวเรียงสลับเวียนเป็นเกลียวขึ้นไปจนถึงยอด ลักษณะใบยาวเรียวคล้ายใบหอก ปลายใบแหลม ขอบใบเรียบ ผิวใบเป็นมัน เส้นกลางใบเว้าลึกเป็นแอ่ง ถ้าดูด้านท้องใบจะเห็นเป็นรูปคล้ายกระดูกงูเรือ ใบมีกลิ่นหอม

ส่วนที่ใช้ : ต้นและราก, ใบสด

สรรพคุณ :

ต้นและราก

- ใช้เป็นยาขับปัสสาวะ แก้กระษัย

ใบสด

- ตำพอกโรคผิวหนัง
- รักษาโรคหืด
- น้ำใบเตย ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจให้ชุ่มชื่น
- ใช้ผสมอาหาร แต่งกลิ่น ให้สีเขียวแต่งสีขนม

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

ใช้เป็นยาขับปัสสาวะ

ใช้ต้น 1 ต้น หรือราก ครึ่งกำมือ ต้มกับน้ำดื่ม

ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ

ใช้ใบสดไม่จำกัดผสมในอาหาร ทำให้อาหารมีรสเย็นหอม รับประทานแล้วทำให้หัวใจชุ่มชื่น หรือเอาใบสดมาคั้นน้ำรับประทาน ครั้งละ 2-4 ช้อนแกง

ใช้เป็นยาแก้เบาหวาน

ใช้ราก 1 กำมือ ต้มน้ำดื่ม เช้าเย็น

สารเคมี : สารกลุ่ม anthocyanin

-บัวบก



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Centella asiatica* Urban

ชื่อสามัญ : Asiatic Pennywort, Tiger Herbal

วงศ์ : Umbelliferae

ชื่ออื่น : ผักแว่น ผักหนอก

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ล้มลุกอายุหลายปี เลื้อยแผ่ไปตามพื้นดิน

ชอบที่ชื้นแฉะแตกรากฝอยตามข้อ ไหลที่แผ่ไปจะงอกใบจากข้อชูขึ้น 3-5 ใบ ใบ เดี่ยว เรียงสลับ รูปไตเส้นผ่าศูนย์กลาง 2-5 ซม. ขอบใบหยัก ก้านใบยาว ดอก ช่อ ออกที่ซอกใบ ขนาดเล็ก 2-3 ดอก กลีบดอกสีม่วง ผล เป็นผลแห้ง แตกได้

ส่วนที่ใช้ : ใบ ทั้งต้นสด เมล็ด

สรรพคุณ :

ใบ - มีสาร Asiaticoside ทำยาทาแก้แผลโรคเรื้อน

ทั้งต้นสด

- เป็นยำบำรุงกำลัง บำรุงหัวใจ แก้อ่อนเพลีย เมื่อยล้า
- รักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก หรือมีการชอกช้ำจากการกระแทก แก้พิษงูกัด
- ปวดศีรษะข้างเดียว
- ขับปัสสาวะ
- แก้เจ็บคอ
- เป็นยาห้ามเลือด ส่าแผลสด แก้โรคผิวหนัง
- ลดความดัน แก้ช้ำใน

เมล็ด

- แก้บิด แก้ไข้ ปวดศีรษะ

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

ใช้เป็นยาแก้ปวดศีรษะข้างเดียว

ใช้ต้นสดไม่จำกัด รับประทาน หรือคั้นน้ำจากต้นสดรับประทาน ควรรับประทานติดต่อกัน 2-3 วัน

ใช้เป็นยาแก้เจ็บคอ

ใช้ทั้งต้นสด 10-20 กรัม หรือ 1 กำมือ ตำคั้นน้ำเติมน้ำส้มสายชู 1-3 ช้อนแกง จิบบ่อยๆ

เป็นยาลดความดันโลหิตสูง

ใช้ทั้งต้นสด 30-40 กรัม คั้นน้ำจากต้นสด เติมน้ำตาลเล็กน้อย รับประทาน 5-7 วัน

ยาแก้ช้ำใน (พลัดตกหกล้ม)

ใช้ต้นสด 1 กำมือ ล้างให้สะอาด ตำคั้นน้ำ เติมน้ำตาลเล็กน้อย ดื่ม 1 ครั้ง รับประทานติดต่อกัน 5-6 วัน

เป็นยาถอนพิษรักษาแผลน้ำร้อนลวก

ใช้ทั้งต้นสด 2-3 ต้น ล้างให้สะอาด ตำให้ละเอียดพอกแผลไฟไหม้ ช่วยลดอาการปวดแสบปวดร้อน

เป็นยาห้ามเลือด ใส่แผลสด

ใช้ใบสด 20-30 ใบ ล้างให้สะอาด ตำพอกแผลสด ช่วยห้ามเลือดและรักษาแผลให้หายเร็ว

สารเคมี : สารสกัดจากใบบัวบกประกอบด้วย madecassoside asiatic

acid, asiaticoside, centelloside, centellic acid brahminoside, brahmic acid.

-บัวหลวง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Nelumbo nucifera* Gaertn.

ชื่อสามัญ : Lotus

วงศ์ : Nelumbonaceae

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : เป็นไม้ล้มลุก มีเหง้าและไหลอยู่ใต้ดิน เหง้า จะมีลักษณะเป็นท่อนยาว มีปล้องสีเหลืองอ่อนจนถึงเหลือง แข็งเล็กน้อย ถ้าตัดตามขวางจะเป็นรูกลมๆ หลายรู ไหลจะเป็นส่วนที่เจริญไปเป็นต้นใหม่ ใบ ใบเดี่ยวรูปโล่ ออกสลับ แผ่นใบจะชูเหนือน้ำ รูปใบเกือบกลม ขนาดใหญ่ ขอบเรียบและเป็นคลื่น ผิวใบมีนวล ก้านใบแข็งเป็นหนาม ถ้าตัดตามขวางจะเห็นเป็นรูภายใน ก้านใบมีน้ำยางขาว เมื่อหักจะมีสายใยสีขาว ใบอ่อนสีเทานวล ปลายม้วนงอขึ้นทั้ง

สองด้าน ก้านใบจะติดตรงกลางแผ่นใบ ดอก เดี่ยว มีสีขาว สีชมพู กลิ่นหอม บัวหลวงจะเริ่มบานตั้งแต่ตอนเช้า ก้านดอกยาวมีหนามเหมือนก้านใบ ชูดอกเหนือน้ำ และชูสูงกว่าใบเล็กน้อย กลีบเลี้ยง 4- 5 กลีบ ขนาดเล็ก สีขาวอมเขียว หรือสีเทาอมชมพู ร่วงง่าย กลีบดอกมีจำนวนมากเรียงซ้อนหลายชั้น เกสรตัวผู้มีจำนวนมากสีเหลือง ปลายอับเรณูมีระยางคล้ายกระบองเล็กๆ สีขาว เกสรตัวเมียจะฝังอยู่ในฐานรองดอกรูปกรวยสีเหลืองนวล ผล รูปกลมรีสีเขียวนวล มีจำนวนมาก ฝังอยู่ในส่วนที่เป็นรูปกรวย เมื่ออ่อนมีสีเหลือง รูปกรวยนี้เมื่อเป็นผลแก่จะขยายใหญ่ขึ้นมีสีเทาอมเขียว ที่เรียกว่า "ฝักบัว" มีผลสีเขียวอ่อนฝังอยู่เป็นจำนวนมาก

ส่วนที่ใช้ : ดีบัว ดอก เกษรตัวผู้ เมล็ด ไส้ของเมล็ด ยางจากก้านใบ และก้านดอก เง่า ราก

สรรพคุณ :

ดีบัว - มี Methylcorypalline ซึ่งเป็นตัวทำให้เส้นเลือดขยาย

ดอก, เกษรตัวผู้ - ขับปัสสาวะ ฝาดสมาน ขับเสมหะ บำรุงหัวใจ เกษรปรุงเป็นยาหอม ชูกำลัง ทำให้ชื่นใจ ยาสงบประสาท ขับเสมหะ

เหง้าและเมล็ด - รสหวาน เย็น มันเล็กน้อย บำรุงกำลัง แก้ร้อนในกระหายน้ำ แก้เสมหะ แก้พุพอง

เมล็ดอ่อนและแก่ - เมล็ดใช้รับประทานเป็นอาหาร และใช้ทำเป็นแป้ง

ได้ดี

เหง้าบัวหลวง - ใช้ปรุงเป็นอาหารได้ทั้งคาวหวาน

ไส้ของของเมล็ด - แก้เส้นโลหิตตีบในหัวใจ

ยางจากก้านใบและก้านดอก - แก้ท้องเดิน

ราก - แก้เสมหะ

สารเคมี :

ดอก มีอัลคาลอยด์ ชื่อ nelumbine

embryo มี lotusine

เมล็ด มี alkaloids และ beta-sitosterol

-บุนนาค



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Mesua ferrea* L.

ชื่อสามัญ : Iron wood, Indian rose chestnut

วงศ์ : GUTTIFERAE
ชื่ออื่น : ก๊าก่อ ก้ำก่อ นาคบุตร ปะนาคอ สารภีดอย
ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้นขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ สูงประมาณ 15-25 เมตร เรือนยอดเป็นพุ่มทึบ ไม่ผลัดใบ ใบ เป็นใบเดี่ยว แผ่นใบหนา รูปหอกหรือรูปขอบขนานแกมรูปหอก ขนาดกว้าง 2-3 ซม. ยาว 8-12 ซม. ปลายใบเรียวแหลม โคนใบสอบ ผิวใบเรียบเกลี้ยง ท้องใบมีคราบขาวปกคลุม ดอก เป็นดอกเดี่ยว หรือเกิดเป็นกระจุกตามง่ามใบ กลีบดอกสีขาวจนถึงสีเหลืองอ่อน ออกดอกระหว่างช่วงฤดูร้อนถึงฤดูฝน ผล รูปไข่ ส่วนปลายโค้งแหลม โดยยังมีส่วนกลีบรองดอกขยายใหญ่ขึ้นติดอยู่ ภายในมีเมล็ด 1-2 เมล็ด
ส่วนที่ใช้ : ดอกสดและแห้ง ผล ใบ แก่น ราก เปลือก กระพี้
สรรพคุณ :
ดอก - กลั่นให้น้ำมันหอมระเหย ใช้ในการอบเครื่องหอมได้ดี ใช้แต่งกลิ่นสบู่
ดอกแห้ง - ใช้เข้ายาหอม แต่งกลิ่นแต่งรสทำให้รับประทานง่าย เป็นยาหอมบำรุงดวงจิตให้ชุ่มชื่น บำรุงหัวใจ เป็นยาขับเสมหะบำรุงโลหิต แก้ร้อนกระสับกระส่าย แก้ลมกองละเอียด ซึ่งทำให้หน้ามืดวิงเวียนใจสั่น อ่อนเพลีย หัวใจหวิว ทำให้ชูกำลัง
ผล - ขับเหงื่อ ฝาดสมาน

ใบ - รักษาบาดแผลสด พอกบาดแผลสด แก้พิษงู

แก่น - แก้เลือดออกตามไรฟัน

ราก - ขับลมในลำไส้

เปลือก - ฟอกน้ำเหลือง กระจายหนอง

กระพี้ - แก้เสมหะในคอ

-พยอม





ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Shorea roxburghii* G.Don

ชื่อสามัญ : White Meranti

วงศ์ : DIPTEROCARPACEAE

ชื่ออื่น : กะยอม ขะยอม พะยอมแดง แคน พะยอมทอง ยางหยวก

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้น ผลัดใบ สูง 15 – 30 เมตร เรือนยอดเป็นพุ่ม กลม เปลือกหนา สีน้ำตาลหรือเทา แตกเป็นร่องยาวตามลำต้น ใบ เดี่ยว เรียงสลับ แผ่นใบรูปขอบขนาน กว้าง 3 – 4

เซนติเมตร ยาว 8 – 10 เซนติเมตร โคนมน ปลายมน หรือหยักเป็นติ่งสั้น ๆ ดอก สีขาว กลิ่นหอม ออกเป็นช่อตามปลายกิ่ง ผล มีปีกยาว 3 ปีก ปีกสั้น 2 ปีก

ส่วนที่ใช้ : ดอก เปลือกต้น

สรรพคุณ :

ดอก - ผสมยาแก้ไข้ และยาหอม แก้ลม บำรุงหัวใจ

เปลือกต้น - สมานลำไส้ แก้ท้องเดิน มี Tannin มาก

-พิกุล



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Mimusops elengi* L.

ชื่อสามัญ : Bullet wood

วงศ์ : SAPOTACEAE

ชื่ออื่น : พิกุลเขา กุล แก้ว ซางดง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้นขนาดกลาง สูงประมาณ 8-15 ม. เรือน

ยอดแน่นทึบ เปลือกต้นสีน้ำตาลเทา มีรอยแตกระแหงตามแนวยาว ใบเป็นใบเดี่ยว เกิดเรียงกันแบบสลับ ลักษณะใบมนเป็นรูปไข่ หรือรูปไข่แกมหอก มีขนาดกว้าง 2-5 ซม. ยาว 5-10 ซม. โคนใบสอบมอน ปลายใบเรียวหรือหยักเป็นติ่ง ดอกเกิดเป็นกระจุกตามง่ามใบและตามยอด มีสีขาวปนเหลือง กลีบรองดอกมี 8 กลีบ เรียงเป็น 2 วง ๆ ละ 8 แฉก ดอกบานมีกลิ่นหอม ออกดอกตลอดปี ผลรูปไข่กลมถึงรี ภายในมีเมล็ดเดียว

ส่วนที่ใช้ : ดอก เปลือก เมล็ด แก่นที่ราก ใบ

สรรพคุณ :

ดอกสด - เข้ายาหอม ทำเครื่องสำอาง แก้ท้องเสีย

ดอกแห้ง - เป็นยาบำรุงหัวใจ ปวดหัว เจ็บคอ ขับเสมหะ

ผลสุก - รับประทานแก้ปวดศีรษะและแก้โรคในลำคอและปาก

เปลือก - ยาอมกลั้วคอ ล้างปาก แก้เหงือกบวม รำมะนาด

เมล็ด - ตำแล้วใส่ทวารเด็ก แก้โรคท้องผูก

ใบ - ฆ่าพยาธิ

แก่นที่ราก - เป็นยาบำรุงหัวใจ บำรุงโลหิต ขับลม

กระพี้ - แก้เกลื้อน

-มะลิลา



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Jasminum Sambac* (L.) Aiton

ชื่อสามัญ : Arabian jasmine

วงศ์ : OLEACEAE

ชื่ออื่น : มะลิ, มะลิลา (ทั่วไป), มะลิซ้อน (ภาคกลาง), มะลิขี้ไก่ (เชียงใหม่), มะลิหลวง (แม่ฮ่องสอน), มะลิป้อม (ภาคเหนือ), ข้าวแตก (เงี้ยว-แม่ฮ่องสอน), เตียมูน (ละว้า-เชียงใหม่)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : เป็นไม้พุ่ม บางพันธุ์เป็นไม้รอเลื้อย สูง 0.3-3 เมตร ใบเรียงตรงข้าม เป็นใบประกอบชนิดที่มีใบย่อย ใบเดี่ยว รูปไข่ กว้าง 3-6 ซม. ยาว 5-10 ซม. ดอกดอกเป็นช่อเล็ก ๆ มีทั้งดอกลาและดอกซ้อน ดอกสีขาว โคนดอกติดกันเป็นหลอด สีเขียวอมเหลือง ดอกกลางบานก่อน กลีบเลี้ยงแยกเป็นส่วน 7-10 ส่วน มีขนละเอียด ยาว 2 1/2-7 ซม. โคนกลีบดอกเชื่อมเป็นหลอด ยาว 7-15 มม. ส่วนปลายแยก

เป็นส่วนรูปไข่ แกมรี สีขาว อาจมีสีม่วงด้านนอกหรือเมื่อดอกร่วงยาว 8-15 มม. ดอกอาจซ้อนหรือลา ผลสด (berry) สีดำ แต่ยังไม่พบใน กทม. ดอกมีกลิ่น หอม ออกดอกตลอดปี แต่ดอกมีน้อยในฤดูหนาว

ส่วนที่ใช้ : ใบ ราก ดอกแก่

สรรพคุณ :

ใบ, ราก - ทำยาหยอดตา

ดอกแก่ - เข้ายาหอม แก้หืด บำรุงหัวใจ

ราก - ฝนรับประทาน แก้ร้อนใน, เสียดท้อง รักษาหลอดลมอักเสบ ขับประจำเดือน

ใบ - ตำให้ละเอียด ผสมกับน้ำมะพร้าวใหม่ๆ นำไปลนไฟ ทารักษาแผลฝีพุพอง แก้ไข้ ขับน้ำนม

วิธีใช้ : ใช้ดอกแห้ง 1.5 - 3 กรัม ต้มน้ำหรือชงน้ำร้อนดื่ม

สารเคมี :

ดอก พบ benzyl alcohol, benzyl alcohol ester, jasmone, linalool, linalol ester

ใบ พบ jasminin sambacin

-สารภี





ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Mammea siamensis* Kosterm.

ชื่อพ้อง : *Ochrocarpus siamensis* T.Anders

วงศ์ : GUTTIFERAE

ชื่ออื่น : สร้อยภี (ภาคใต้)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ยืนต้นขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ มีความสูงประมาณ 12-20 เมตร เป็นไม้ไม่ผลัดใบ ลำต้นตรง ขรุขระเล็กน้อย เปลือกเป็นสะเก็ดเล็ก ๆ ผิวเปลือกมีสีน้ำตาล แตกกิ่งแน่น ปลายกิ่งมักห้อยลงลำต้นและกิ่งมียางสีเหลืองหรือขาว ใบรูปไข่ปลายมนกว้าง บางทีปลายใบเว้าลงเล็กน้อย ใบแตกออกเป็นคู่ตรงข้ามกันที่บริเวณกิ่ง โคนใบสอบเรียวแหลมถึงก้านใบ เนื้อใบหนาเกลี้ยงสีเขียว ขนาดความกว้างของใบประมาณ 5-8 เซนติเมตร ยาวประมาณ 9-12 เซนติเมตร ออกดอกเป็นช่อเดี่ยว ตามกิ่ง มีกลีบดอก 5 กลีบ มีสีขาวกลิ่นหอม ตรงกลางดอกมีเกสรตัวผู้เส้นเล็ก ๆ เป็นวง มีสีเหลือง ขนาดดอกกว้างประมาณ 2

เซนติเมตร ผลกลมเป็นรูปกระปุกเล็ก ผิวเรียบสีเขียว เมื่อสุกมีสีเหลือง เนื้อในมีรสหวาน ขนาดผลยาวประมาณ 2-3 เซนติเมตร

ส่วนที่ใช้ : ดอก ผลสุก

สรรพคุณ :

ดอกสดและแห้ง - ใช้เข้ายาหอมบำรุงหัวใจ

ดอกตูม - ย้อมผ้าไหม ให้สีแดง

ผลสุก - รับประทานได้ มีรสหวาน เป็นยาบำรุงหัวใจ ขยายหลอดโลหิต

14.กลุ่มยาถ่ายพยาธิ



ฟักทอง

ส่วนที่ใช้ : เนื้อในเมล็ด

ขนาด : ๕๐ - ๘๐ เมล็ด

วิธีใช้ : เนื้อในเมล็ดบดให้ละเอียด เติมน้ำเชื่อมเล็กน้อย เติมน้ำให้ได้ ๒ ถ้วย แบ่งกิน ๒ - ๓ ครั้ง ห่างกัน ๒ ชั่วโมง แล้วกินดีเกลือตามหลัง ๒ ชั่วโมง (ถ่ายพยาธิตัวตืด)



มะระไทย

ส่วนที่ใช้ : ใบสด

ขนาด : ๒๐ - ๓๐ ใบ

วิธีใช้ : หั่นใบชงน้ำร้อน เติมเกลือเล็กน้อย (ถ่ายพยาธิเข็มหมุด)



กระเทียม

ส่วนที่ใช้ : หัวสด

ขนาด : ๕ - ๗ กลีบ

วิธีใช้ : ปอกเปลือกระเทียม ตำให้แหลก เติมน้ำอุ่น ๑ แก้ว ละลายกับสบู่ สวนเข้าทวารหนัก ทำซ้ำ ๒ - ๓ วัน (ถ่ายพยาธิเส้นด้าย)

-แก้ว



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Murraya paniculata* (L.) Jack.

ชื่อสามัญ : Andaman satin wood, Chinese box tree, Orange jasmine

วงศ์ : RUTACEAE

ชื่ออื่น : กะมูนิง (มลายู-ปัตตานี) แก้วขาว (ภาคกลาง) แก้วขี้ไก่ (ยะลา) แก้วพริก ตะไหลแก้ว (ภาคเหนือ) แก้วลาย (สระบุรี) จ๊าพริก (ลำปาง)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้นขนาดเล็ก สูงได้ถึง 10 เมตร ไม่ผลัดใบ ใบ เป็นใบประกอบ ผิวใบมันเข้ม และเป็นมันทั้งสองด้าน ดอก ช่อ

ออกเป็นกระจุก สีขาว ร่วงง่าย มีกลิ่นหอมมาก ผล สดกลมรี หรือรูปไข่ปลายสอบเล็กน้อย ที่เปลือกมีต่อมน้ำมันเห็นได้ชัด กว้าง 5-8 มม. ยาว 0.8-1 ซม. ผลอ่อนสีเขียว ผลสุกสีส้มแดง เมล็ดรูปไข่ปลายสอบ มีขนสั้นๆ อยู่รอบเมล็ด กว้าง 4-6 มม. ยาว 6-9 มม. สีขาวขุ่น มีจำนวน 1-2 เมล็ดต่อผล

ส่วนที่ใช้ :

ก้านและใบ - เก็บได้ตลอดปี ใช้สดหรือตากแห้งเก็บไว้ใช้

ราก - เก็บในฤดูหนาว เอาดินออกล้างให้สะอาด หั่นเป็นแผ่น ตากแห้งเก็บไว้ใช้

ใบ ดอก และผลสุก

สรรพคุณ :

ก้านและใบ - รสเผ็ด สุขุม ขม ใช้เป็นยาชาระงับปวด แก้ผื่นคันที่เกิดจากชื้น แก้แผลเจ็บปวดเกิดจากการกระทบกระแทก ต้มอมบ้วนปากแก้ปวดฟัน

ราก - รสเผ็ด ขม สุขุม ใช้แก้ปวดเอว แก้ผื่นคันที่เกิดจากชื้น และที่เกิดจากแมลงกัดต่อย

ใบ - ขับพยาธิตัวตืด แก้บิด แก้ท้องเสีย

ราก, ใบ - เป็นยาขับประจำเดือน

ดอก, ใบ - ช่วยย่อย แก้ไขข้ออักเสบ แก้ไอ เวียนศีรษะ

ผลสุก - รับประทานเป็นอาหารได้

วิธีใช้และปริมาณที่ใช้

ใช้ภายใน รับประทานขับพยาธิตัวตืด แก้บิด แก้ท้องเสีย

- ใช้ก้านและใบสด 10-15 กรัม ต้มกับน้ำ 2 ถ้วยแก้ว เคี่ยวให้เหลือ 1 ถ้วยแก้ว รับประทานวันละ 2 ครั้ง หลังอาหารเช้า-เย็น
- หรือใช้ดองเหล้า ดื่มแต่เหล้า ครั้งละ 1 ถ้วยตะไล ใช้เป็นยาขับประจำเดือน
- ใช้รากแห้ง 10-15 กรัม (สด 30-60 กรัม) ต้มกับน้ำ 2 ถ้วยแก้ว เคี่ยวให้เหลือ 1 ถ้วยแก้ว รับประทานวันละ 2 ครั้ง หลังอาหารเช้า-เย็น

ใช้ภายนอก

- ใช้ก้านและใบสด ตำพอก หรือคั้นเอาน้ำทาบริเวณที่เป็น
- ใช้ใบแห้งบดเป็นผงใส่บาดแผล
- รากแห้งหรือสด ตำพอก หรือต้มเอาน้ำชะล้างบริเวณที่เป็น
- ใบและก้านสด สกัดด้วยแอลกอฮอล์ 50 % ใช้เป็นยาชาเฉพาะที่

สารเคมี

ใบ เมื่อกลั่นด้วยไอน้ำให้น้ำมันหอมระเหยสีเข้ม 0.01% กลิ่นน้ำมันหอมระเหยจากใบประกอบด้วย :

1 - Cadinene (sesquiterpene) 32.5% bisaboline 18% betacaryophyllene 14% carene 3.5%

5 - quaiazulene 1.2% methyl anthrailate 1.5% euhenol 5% citronellol 4.5% geranoil 9.1% methylsalicylate 3.5%

-ทับทิม





ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Punica granatum* L.

ชื่อสามัญ : Pomegranate , Punica apple

วงศ์ : Punicaceae

ชื่ออื่น : พิลา (หนองคาย) พิลาขาว มะก่องแก้ว (น่าน) มะเก๊าะ (เหนือ) หมากจัง (แม่ฮ่องสอน)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ยืนต้น หรือพรรณไม้พุ่ม ขนาดเล็ก ลักษณะผิวเปลือกลำต้นเป็นสีเทา ส่วนที่เป็นกิ่งหรือยอดอ่อนจะเป็นเหลี่ยม หรือ มีหนามแหลมยาวขึ้น ใบ ใบมีลักษณะเป็นรูปยาวรี โคนใบมน แคบ ส่วนปลายใบเรียวแหลมสั้น ผิวหลังใบ เกลี้ยงเป็นมัน ใต้ท้อง

ใบจะเห็นเส้นใบได้ชัด ขนาดของใบกว้างประมาณ 1 - 1.8 ซม. ยาวประมาณ 2.5 - 6 ซม. ดอก ดอกออกเป็นช่อ หรืออาจจะเป็น ดอกเดียว ในบริเวณปลายยอด หรือง่ามกิ่ง ลักษณะของดอกมีเป็น สีส้ม สีขาว หรือสีแดง ดอกหนึ่งมีกลีบดอกประมาณ 6 กลีบ ปลายกลีบ ดอกจะแยกออกจากกัน ตรงกลางดอกมีเกสร ตัวเมีย และตัวผู้ซึ่งมีอับเรณูเป็นสีเหลือง ขนาดของดอกบานเต็มที่มีเส้นผ้าศูนย์กลางประมาณ 2 - 3 ซม. ผลมีลักษณะเป็นรูปค่อนข้าง กลม ผิวเปลือกนอกหนาเกลี้ยง ผลเมื่อแก่หรือ สุกเต็มที่มีสีเหลืองปนแดง และลักษณะของผล จะแตก หรืออ้างออก ข้างในผลก็จะมีเมล็ดเป็น จำนวนมาก เป็นรูปเหลี่ยม มีสีชมพูสด ดอก ดอกออกเป็นช่อ หรืออาจจะเป็น ดอกเดียว ในบริเวณปลายยอด หรือง่ามกิ่ง ลักษณะของดอกมีเป็น สีส้ม สีขาว หรือสีแดง ดอกหนึ่งมีกลีบดอกประมาณ 6 กลีบ ปลายกลีบ ดอกจะแยกออกจากกัน ตรงกลางดอกมีเกสร ตัวเมีย และตัวผู้ซึ่งมีอับเรณูเป็นสีเหลือง ขนาดของดอกบานเต็มที่มีเส้นผ้าศูนย์กลางประมาณ 2 - 3 ซม. ผลมีลักษณะเป็นรูปค่อนข้าง กลม ผิวเปลือกนอกหนาเกลี้ยง ผลเมื่อแก่หรือ สุกเต็มที่มีสีเหลืองปนแดง และลักษณะของผล จะแตก หรืออ้างออก ข้างในผลก็จะมีเมล็ดเป็น จำนวนมาก เป็นรูปเหลี่ยม มีสีชมพูสด

ส่วนที่ใช้ : ใบ ดอก เปลือกผลแห้ง เปลือกต้นและเปลือกราก เมล็ด

สรรพคุณ :

ใบ - อมกลั้วคอ ทำยาล้างตา

ดอก - ใช้ห้ามเลือด

เปลือกและผลแห้ง

- เป็นยาแก้ท้องร่วง ท้องเดิน แก้บิด
- แก้โรคลักกะปิดลักกะเปิด

เปลือกต้นและเปลือกราก

- ใช้เป็นยาขับพยาธิตัวตืด , พยาธิตัวกลม

เมล็ด - แก้โรคลักกะปิดลักกะเปิด

วิธีและปริมาณที่ใช้

ถ่ายพยาธิตัวตืดและพยาธิตัวกลม ได้ผลดี

ใช้เปลือกสดของราก , ต้น ที่เก็บใหม่ๆ 60 กรัม หรือประมาณ 1/2 กำมือ เติมกานพลูหรือกระวานลงไปเล็กน้อย เพื่อแต่งรส ต้มกับน้ำ 3 ถ้วยแก้ว เคี่ยวให้เหลือ 1 1/2 ถ้วยแก้ว รับประทานครั้งละ 2 ช้อนโต๊ะ (30 ซี.ซี.) หลังจากนั้นประมาณ 2 ชั่วโมง รับประทานยาถ่าย เช่น ดีเกลือ 2 ช้อนโต๊ะตาม ควรอดอาหารก่อนรับประทานยา

ยาแก้ท้องร่วง ท้องเดิน (ไม่ใช่บิด หรือ อหิวาตกโรค)

ใช้เปลือกผล ตากแดดให้แห้ง ประมาณ 1/4 ของผล ฝนกับน้ำฝนหรือน้ำปูนใสให้ข้นๆ รับประทานครั้งละ 1-2 ช้อนแกง หรือต้มกับน้ำปูนใส แล้วดื่มน้ำที่ต้มก็ได้

บิด (มีอาการปวดเบ่ง และมีมูก หรืออาจมีเลือดด้วย)

ใช้เปลือกผลแห้งของทับทิม ครั้งละ 1 กำมือ (3-5 กรัม) ต้มกับน้ำ ดื่มวันละ 2 ครั้ง อาจใช้กานพลูหรืออบเชยแต่งกลิ่นให้น่าดื่มก็ได้

สารเคมี

เปลือกผลมีรสฝาด เนื่องจากมี tannin 22-25% gallotannic acid สารสีเขียวอมเหลือง รากมีสารอัลคาลอยด์ ชื่อ pelletierine และอนุพันธ์ของ pelletierine

คุณค่าด้านอาหาร

ทับทิมใช้รับประทานเป็นผลไม้รสหวาน หรือเปรี้ยวหวาน มีวิตามินซี และแร่ธาตุหลายตัว ช่วยป้องกันโรคเลือดออกตามไรฟัน และบำรุงฟันให้แข็งแรง

-มะเกลือ





ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Diospyros mollis* Griff.

ชื่อสามัญ : Ebony tree

วงศ์ : Ebenaceae

ชื่ออื่น : ผีเผา (ฉาน-ภาคเหนือ) มักเกลือ (เขมร-ตราด)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้นขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ สูง 10-30 เมตร เรือนยอดเป็นพุ่มกลม ลำต้นเปลา โคนต้นมักเป็นพูพอน ผิวเปลือกเป็นรอยแตกสะเก็ดเล็กๆ สีดำ เปลือกในสีเหลือง กระพี้สีขาว กิ่งอ่อนมีขนนุ่มขึ้นประปราย ใบ เป็นใบเดี่ยวขนาดเล็กรูปไข่หรือรีเรียงตัวแบบสลับ ปลายใบสอบเข้าหากัน โคนใบกลม หรือมน ผิวใบเกลี้ยง ใบกว้าง 3.5-4.0 ซม. ยาว 9-10 ซม. ใบที่ยังอ่อนจะมีขนปกคลุมทั้งสองด้าน ดอก ออกเป็นช่อตามซอกใบ ดอกแยกเพศต่างต้น ดอกตัวผู้มีขนาดเล็ก สีเหลืองอ่อน หนึ่งช่อมี 3 ดอก ดอกตัวเมียเป็นดอกเดี่ยว ลักษณะดอกเหมือนกัน คือ กลีบรองดอกยาว 0.1-0.2 ซม. โคนกลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นรูปถ้วย ปลายกลีบดอกแยกเป็น 4 กลีบ สีเหลืองเรียนเวียนซ้อนทับกัน ตรงกลางดอกมีเกสร ผล กลม ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 2 ซม. ผิวเกลี้ยง ผลอ่อนสีเขียว ผลแก่สีดำ ผลแก่จัดจะแห้ง มีกลีบเลี้ยงติดบนผล 4 กลีบ ผลแก่ราวเดือนมิถุนายน-สิงหาคม เมล็ด แบน สีเหลือง 4-5 เมล็ด ขนาดกว้าง 0.5-0.7 ซม. ยาว 1-2 ซม. ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ด

ส่วนที่ใช้ : ราก, ผลมะเกลือสด โตเต็มที่และสีเขียวจัด (ห้ามใช้ผลสุกสี

เหลืองหรือผลสีดำ)

สรรพคุณ :

ราก - ฝนกับน้ำซาวข้าว รับประทานแก้อาเจียน แก้ลม

ผลมะเกลือสดและเขียวจัด - เป็นสมุนไพรยอดเยี่ยมที่สุดในการถ่ายพยาธิ กำจัดตัวตืด หรือไส้เดือนตัวกลม พยาธิปากขอ พยาธิเข็มหมุด

วิธีและปริมาณที่ใช้

ผลสดโตเต็มที่และเขียวจัด จำนวนผลเท่าอายุแต่ไม่เกิน 25 ผล (คนไข้อายุ 40 ปี ใช้เพียง 25 ผล) ตำใส่กะทิ คั้นเอาแต่น้ำกะทิ ช่วยกลบรสเฝื่อน ควรรับประทานขณะท้องว่าง ถ้า 3 ชั่วโมงแล้วยังไม่ถ่ายใช้ยาระบาย เช่น ดีเกลือ 2 ช้อนโต๊ะ ละลายน้ำดื่มตามลงไป

สารเคมี - สารกลุ่มฟีนอล ชื่อ diospyrol ซึ่งถูก oxidize ง่าย

ข้อควรระวัง

ห้ามใช้ในเด็กอายุต่ำว่า 10 ขวบ หญิงตั้งครรภ์ หรือหลังคลอดใหม่ๆ และผู้ป่วยในโรคอื่นๆ

ระวังอย่าให้เกินขนาด

ถ้าเกิดอาการท้องเดินหลายๆ ครั้ง และมีอาการตามัวให้รีบพาไปพบแพทย์ด่วน

-มะขาม



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Tamarindus indica* L.

ชื่อสามัญ : Tamarind

วงศ์ : Leguminosae - Caesalpinioideae

ชื่ออื่น : ขาม (ภาคใต้) ตะลูบ(ชาวบน-นครราชสีมา) ม่อง โคล้ง (กะเหรี่ยง-กาญจนบุรี) อำเปียล (เขมร-สุรินทร์) หมากแกง (เงี้ยว-แม่ฮ่องสอน) ส่ามอเกล (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: ไม้ต้นขนาดกลางจนถึงขนาด

ใหญ่แตกกิ่งก้านสาขามาก เปลือกต้นขรุขระและหนา สีน้ำตาลอ่อน ใบ เป็นใบประกอบ ใบเล็กออกตามกิ่งก้านใบเป็นคู่ ใบย่อยเป็นรูปขอบขนาน ปลายใบและโคนใบมน ดอก ออกเป็นช่อเล็กๆ ตามปลายกิ่ง หนึ่งช่อมี 10-15 ดอก ดอกย่อยขนาดเล็ก กลีบดอกสีเหลืองและมีจุดประสีแดงอยู่กลางดอก ผล เป็นฝักยาว รูปร่างยาวหรือโค้ง ยาว 3-20 ซม. ฝักอ่อนมีเปลือกสีเขียวอมเทา สีน้ำตาลเกรียมเนื้อในติดกับเปลือก เมื่อแก่ฝักเปลี่ยนเป็นเปลือกแข็งกรอบหักง่าย สีน้ำตาล เนื้อในกลายเป็นสีน้ำตาลหุ้มเมล็ดเนื้อมีรสเปรี้ยว และหวาน

ส่วนที่ใช้ :

เมล็ดในที่กะเทาะเปลือกออกแล้ว (ต้องคั่วก่อน จึงกะเทาะเปลือกออก)

เนื้อหุ้มเมล็ด

สรรพคุณ :

เมล็ด - สำหรับการถ่ายพยาธิตัวกลม พยาธิเส้นด้าย

ใบ - ขับเสมหะ

แก่น - ขับโลหิต

เนื้อ - เป็นยาระบาย ขับเสมหะ แก้ไอ

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

ถ่ายพยาธิ

ใช้เมล็ดในที่มีสีขาว 20-25 เมล็ดต้มกับน้ำใส่เกลือเล็กน้อย รับประทานเนื้อทั้งหมด 1 ครั้ง หรือคั่วให้เนื้อในเหลือง กะเทาะเปลือก แช่น้ำให้นิ่ม เคี้ยวรับประทานเช่นถั่ว

แก้ท้องผูก

ใช้เนื้อหุ้มเมล็ดคลุกเกลือรับประทาน ระบายท้อง

แก้ไอ, ขับเสมหะ

ใช้เนื้อในฝักแก่หรือมะขามเปียก จิ้มเกลือรับประทาน

สารเคมี :

- **เนื้อในหุ้มเปลือก** มี tartaric acid 8-18% invert sugar 30-40%

- **เมล็ด** มี albuminold 14-20% carbohydrate 59-65% semi-drying fixed oil 3.9-20% mucilaginous materal 60%

-มะเฟือง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : Averrhoa carambola L.

ชื่อสามัญ : Star fruit

วงศ์ : Averrhoaceae

ชื่ออื่น : เฟือง (ภาคใต้) สะบือ (เขมร)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ยืนต้นขนาดกลาง สูง 3-10 เมตร แตกกิ่งก้านสาขามาก ใบ เป็นใบประกอบขนาดคล้ายใบมะยม สีเขียวเป็นมัน เรียงเป็นคู่ตรงข้าม ดอก เป็นช่อเล็กออกตามง่ามใบ สีม่วง ขาว ชมพู ผล เดี่ยว เป็นกลีบ หน้าตัด รูปดาว 5 แฉก สีเขียวอ่อน สุกสีเหลือง ฉ่ำน้ำ เมล็ด มีขนาดเล็ก

ส่วนที่ใช้ : ดอก ใบ ผล ราก

สรรพคุณ :

ดอก - ขับพยาธิ

ใบ, ผล - ทำยาต้ม ทำให้หยุดอาเจียน

ผล

- มี oxalic ทำให้เลือดจับเป็นก้อน

- ระบาย

- แก้เลือดออกตามไรฟัน

- แก้บิด ขับน้ำลาย ขับปัสสาวะ แก้นิ่ว

- ลดอาการอักเสบ

ใบและราก - เป็นยาเย็น เป็นยาดับพิษร้อน แก้ไข้ ถอนพิษไข้

-เล็บมือนาง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Quisqualis indica* L.

ชื่อสามัญ : Drunen sailor, Rangoon ceeper

วงศ์ : COMBRETACEAE

ชื่ออื่น : จะมั่ง จ๊ามั่ง (ภาคเหนือ) ไท้หม่อง (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน)

อะดอนิ่ง (มลายู-ยะลา)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่มเลื้อยที่เติบโตเร็ว ส่วนที่อ่อนมีขนสั้นหนานุ่ม สีสนิม ใบเดี่ยวติดตรงข้าม หรือบางส่วนสลับ หรือเวียนสลับเป็นวงรอบ ใบรูปหอกขอบขนานหรือรูปรี ขนาดกว้าง 5-18.5 ซม. ยาว 2.5-9 ซม. ปลายใบเรียวแหลม โคนใบกลมหรือค่อนข้างรูปหัว ดอกมีกลิ่นหอมออกเป็นช่อที่ยอดและตามซอกใบห้อยย้อยลงมา กลีบเลี้ยงเป็นหลอดมีสีเขียวปลายแฉกสามเหลี่ยมสั้นๆ กลีบดอกรูปขอบขนาน ขนาด 10-20 x 3-6 มม. ดอกเริ่มบาน สีขาวเปลี่ยนเป็นสีชมพูจนถึงแดงเข้ม ผลทรงรีแคบๆ 5 พู ยาวประมาณ 2.5 ซม. สีน้ำตาลแดงเป็นมัน

ส่วนที่ใช้ : ใบ ต้น ราก เมล็ดในของผลเล็บมือนางที่แก่แห้ง

สรรพคุณ :

ใบ

- ตำชโลม หรือทาแผล ทาฝี
- แก้ปวดศีรษะ แก้ไข้

ต้น - ใช้เป็นยาแก้ไอ

ราก - ใช้ถ่ายพยาธิ รักษาตานซาง

เมล็ด - ใช้เป็นยาขับพยาธิตัวกลม, พยาธิเส้นด้ายในเด็ก

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

ใช้เมล็ดในของผลเล็บมือนางที่แก่และแห้ง 4-5 เมล็ด (4-6 กรัม) หั่นทอดกับไข่ให้เด็กอายุประมาณ 5-6 ขวบรับประทานขับถ่ายพยาธิไส้เดือนตัวกลม

ผู้ใหญ่ : ใช้ 5-7 เมล็ด (หนัก 10-15 กรัม) ทุบพอแตก ต้มเอาน้ำดื่ม หรือหั่นทอดกับไข่รับประทาน

ข้อควรระวัง : ถ้าใช้มากเกินขนาด จะทำให้อาเจียน มึนงง อ่อนเพลีย

สารเคมี : มีสารสำคัญที่ออกฤทธิ์คือ Quisqualic acid

15.กลุ่มยาถ่าย

-กาฬพฤกษ์



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cassia grandis* L.f.

ชื่อสามัญ : Pink Shower , Horse cassia

วงศ์ : LEGUMINOSAE - CAESALPINIOIDEAE

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้น ผลัดใบ สูงถึง 20 เมตร โคนมีพูพอน เปลือกสีดำ แตกเป็นร่องลึก กิ่งอ่อนหรือช่อดอกมีขนสีน้ำตาล ใบประกอบแบบขนนก เรียงสลับ ใบย่อยมี 10-20 คู่ ใบอ่อนสีแดง แผ่นใบย่อยรูปขอบขนาน กว้าง 1-2 เซนติเมตร ยาว 3-5 เซนติเมตร ด้านบนเป็นมัน ด้านล่างมีขน ดอก เริ่มบานสีแดงแล้วเปลี่ยนเป็นสีชมพูตามลำดับ ระยะออกดอกเดือน กุมภาพันธ์ - มีนาคม ผล เป็นฝัก ฝักแก่แห้งไม่แตก ค่อนข้างกลม รูปทรงกระบอก โคนและปลายสอบ เปลือกหนาแข็ง ขรุขระ ที่ขอบฝักเป็นสันตามแนวยาวทั้ง 2 ข้าง ขนาดกว้าง 0.8-1.2 ซม.

ยาว 1.3-1.8 ซม. เมล็ดอ่อนสีครีม เมล็ดแก่สีน้ำตาล มีจำนวน 20-40 เมล็ด ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด

ส่วนที่ใช้ : เนื้อในฝัก เปลือก เมล็ด

สรรพคุณ :

- เนื้อในฝัก - ปรุงรับประทานเป็นยาระบายอ่อนๆ
  ขนาดรับประทาน - รับประทานได้ถึงครั้งละ 8 กรัม ไม่ปวดมวน และไม่ไซ้ท้องเลย แต่ความแรงสู้คูนไม่ได้
- เปลือก และ เมล็ด - รับประทานทำให้อาเจียน เป็นยาถ่ายพิษไข้ได้ดี

-คูน



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cassia fistula* L.

ชื่อสามัญ : Golden shower, Indian laburnum, Pudding - pine tree

วงศ์ : LEGUMINOSAE - CAESALPINIOIDEAE

ชื่ออื่น : กุเพยะ (กะเหรี่ยง-กาญจนบุรี) ชัยพฤกษ์ ราชพฤกษ์ (ภาคกลาง) ปือยู ปูโย เปอโซ แมะหล่าหยู่ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน) ลมแล้ง (เหนือ)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้นขนาดกลาง ลำต้นสีน้ำตาลแกมเทาเกลี้ยงๆ ชอบขึ้นตามป่าผลัดใบ หรือในที่ดินที่มีการถ่ายเทน้ำได้ดี ใบเป็นใบช่อสีเขียวเป็นมัน ช่อหนึ่งๆ ยาวประมาณ 2.5 ซม. มีใบย่อยรูปป้อมๆ หรือรูปไข่ 3-6 คู่ ใบย่อยกว้างๆ 5-7 ซม. ยาว 9-15 ซม. โคนใบมนและค่อยๆ สอบไปทางปลายใบ เนื้อใบเกลี้ยงค่อนข้างบาง เส้นแขนงใบถี่ และโค้งไปตามรูปใบ ดอก ออกเป็นช่อ ยาว 20-45 ซม. กลีบรองกลีบดอกรูปขอบขนานยาวประมาณ 1 ซม. มี 5 กลีบ มักหลุดร่วงง่าย กลีบดอกยาวกว่ากลีบรองกลีบดอกประมาณ 2-3 เท่า และมีกลีบรูปไข่กลับ 5 กลีบ ตามพื้นกลีบจะเห็นเส้นกลีบชัดเจน เกสรผู้มีขนาดแตกต่างกันจำนวน 10 อัน ก้านอับเรณูโค้งงอขึ้น ผล เป็นฝักรูปทรงกระบอกเกลี้ยงๆ อาจยาวถึง 50 ซม. โตวัดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2.0-2.5 ซม. ฝัก อ่อนสีเขียวและออกสีดำเมื่อแก่จัด ในฝักจะมีผนังเยื่อบางๆ กั้นเป็นช่องๆ ตามขวางของฝัก และตามช่องเหล่านี้จะมีเมล็ดแบนๆ สีน้ำตาลอยู่

ส่วนที่ใช้ : ใบ ดอก เปลือก แก่น ราก ฝักแก่ เปลือกเป็นสีน้ำตาลเข้ม กระพี้ เมล็ด

สรรพคุณ :

ใบ - ขับพยาธิ

ดอก - แก้บาดแผลเรื้อรัง

เปลือก - บำรุงโลหิต

กระพี้ - แก้โรครำมะนาด

แก่น - ขับไส้เดือนในท้อง

ราก - แก้ไข้ แก้โรคคุดทะราด

เมล็ด - รักษาโรคบิด

ฝักแก่ - รสหวานเอียนเล็กน้อย เป็นยาระบายถ่ายสะดวกไม่มวนไม่ไซ้ท้อง มีสารแอนทราควิโนน (Anthraquinone glycoside) เป็นตัวยาระบาย

วิธีและปริมาณที่ใช้ : โดยเอาเนื้อในฝักแก่ก้อนเท่าหัวแม่มือ (ประมาณ 4 กรัม) น้ำ 1 ถ้วยแก้วต้มกับน้ำใส่เกลือเล็กน้อย ดื่มก่อนนอนหรือตอนก่อนอาหารเช้าครั้งเดียว

เหมาะเป็นยาระบายสำหรับคนที่ท้องผูกเป็นประจำและสตรีมีครรภ์

-จำปา



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Michelia champaca* L.

ชื่อสามัญ : Champak

วงศ์ : MAGNOLIACEAE

ชื่ออื่น : จำปากอ (มลายู-ใต้) จำปาเขา จำปาทอง (นครศรีธรรมราช) จำปาป่า (สุราษฎร์ธานี) Champak, Orange Chempaka, Sonchampa

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้น สูง 15-30 เมตร ลำต้นเปลาตรง ทรงพุ่มโปร่งเป็นรูปกรวยคว่ำ สำหรับต้นที่ปลูกเลี้ยงเป็นไม้ดอกไม้ประดับกันอยู่ทั่วไปนั้น เป็นการคัดเลือกตามธรรมชาติจากต้นที่มีขนาดเล็ก แต่มีดอกดก ดอกมีขนาดใหญ่และออกดอกได้ตลอดปี ใบรูปรีแกมรูปขอบขนาน กว้าง 4-9 ซม. ยาว 10-22 ซม. ใบบาง เส้นแขนงใบ 12-20 คู่ ก้านใบยาว 2-4 ซม. โคนก้านใบป่อง ขอบใบเป็นคลื่นเล็กน้อย ดอกสีเหลืองส้ม ออกตามซอกใบ กาบหุ้มดอกสีเขียวอ่อน มี 1 แผ่น ดอกบานตั้งขึ้นและส่งกลิ่นหอมแรง กลีบดอกมี 12-15

กลีบ กลีบนอกรูปใบหอก ค่อนข้างกว้าง 1-1.5 ซม. ยาว 4-4.5 ซม. กลีบในแคบและสั้นกว่า ผล กลุ่ม เป็นช่อยาว ประกอบด้วยผลย่อย 8-40 ผล อยู่รอบแกน ผลย่อยค่อนข้างกลมหรือกลมรี เปลือกหนาแข็ง มีช่องอากาศเป็นจุดเล็กสีขาวอยู่ทั่วไป ผลแก่แห้งแตกแนวเดียว ขนาดผลย่อยกว้าง 1-1.5 ซม. ยาว 1.5-2 ซม. ผลอ่อนสีเขียวอ่อนหรือสีน้ำตาลอ่อนประจุดสีขาว เมล็ด มีเนื้อหุ้ม รูปเสี้ยววงกลม เส้นผ่าศูนย์กลาง 0.5-1 ซม. เมล็ดอ่อนมีเนื้อหุ้มสีขาว เมล็ดแก่เนื้อหุ้มสีแดง ผลย่อยมี 1-6 เมล็ด

ส่วนที่ใช้ : ดอก เปลือกต้น เปลือกราก ใบ กระพี้ เนื้อไม้ เมล็ด ราก น้ำมันกลั่นจากดอก

สรรพคุณ :

ใบ - แก้โรคเส้นประสาทพิการ แก้ป่วงของทารก

ดอก - แก้วิงเวียนอ่อนเพลีย หน้ามืดตาลาย บำรุงหัวใจ กระจายโลหิต

เปลือกต้น - ฝาดสมาน แก้ไข้ ทำให้เสมหะในลำคอเกิด

เปลือกราก - เป็นยาถ่าย ทำให้ประจำเดือนมาปกติ รักษาโรคปวดตามข้อ

กระพี้ - ถอนพิษผิดสำแดง

เนื้อไม้ - บำรุงโลหิต

ราก - ขับโลหิตสตรีที่อยู่ในเรือนไฟให้ตก

น้ำมันกลั่นจากดอก - แก้ปวดศีรษะ แก้ตาบวม

-ชุมเห็ดเทศ





ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cassia alata* (L.) Roxb.

ชื่อสามัญ : Ringworm Bush

วงศ์ : Leguminosae

ชื่ออื่น : ขี้คาก ลับมีนหลวง หมากกะลิงเทศ ชุมเห็ดใหญ่

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่ม สูง 1-3 เมตร แตกกิ่งออกด้านข้างในแนวขนานกับพื้น ใบประกอบแบบขนนกเรียงสลับ ใบย่อยรูปขอบขนานรูปวงรีแกมขอบขนานหรือรูปไข่กลับ กว้าง 3-7 ซ.ม. ยาว 6-15 ซ.ม. หนูใบเป็นรูปสามเหลี่ยม ดอกช่อ ออกที่ซอกใบตอนปลายกิ่งกลีบดอกสีเหลืองทองใบประดับสีน้ำตาลแกมเหลือง หุ้มดอก

ย่อยเห็นชัดเจน ผลเป็นฝัก มี 4 ครีบ เมล็ดแบน รูปสามเหลี่ยม

ส่วนที่ใช้ : ใบสดหรือแห้ง เมล็ดแห้ง ดอกสดของต้นขนาดกลาง ไม่แก่หรืออ่อนเกินไป

สรรพคุณ :

ใบสด - รักษาโรคผิวหนัง กลากเกลื้อน ฝีและแผลพุพอง

ดอก, ใบสดหรือแห้ง - เป็นยาระบาย ยาถ่าย ถ่ายพยาธิลำไส้

เมล็ด - ขับพยาธิ เป็นยาระบายอ่อน

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

ใบและดอกชุมเห็ดใช้เป็นยารักษาโรคและอาการดังนี้

เป็นยาระบาย ยาถ่าย แก้อาการท้องผูก

ใช้ดอกชุมเห็ดเทศสด 1-3 ช่อดอก (หรือแล้วแต่คนที่ธาตุเบาธาตุหนัก ช่อดอกใหญ่หรือเล็ก) ต้มรับประทานจิ้มกับน้ำพริก หรือ ใช้ใบสด 8-12 ใบ ล้างให้สะอาด หั่นตากแห้ง หรือปิ้งไฟให้เหลือง หั่น ใช้ต้มหรือชงน้ำดื่ม ครั้งละ 1 ถ้วยแก้ว เติมเกลือเล็กน้อย ดื่มให้หมด

หรือใช้ใบแห้งบดเป็นผง ปั้นกับน้ำผึ้งเป็นลูกกลอนขนาด

เท่าปลายนิ้วก้อย รับประทานครั้งละ 3 เม็ด ก่อนนอน หรือเมื่อมีอาการท้องผูก

หรือ ใช้เมล็ด คั่วให้เหลือง ชงน้ำดื่มเป็นน้ำชา เป็นยาระบายอ่อนๆ

เป็นยารักษาโรคผิวหนัง กลากเกลื้อน

ใช้ใบสด 3-4 ใบย่อย ขยี้หรือตำในครกให้ละเอียด เติมเกลือเล็กน้อย หรือใช้ใบชุมเห็ดเทศกับหัวกระเทียมปริมาณเท่ากัน ผสมปูนแดงที่กินกับหมากนิดหน่อย ตำผสมกันทาบริเวณที่เป็นกลาก หรือโรคผิวหนัง โดยเอาผิวไม้ไผ่ขูดบริเวณที่เป็นกลากเบาๆ แล้วทายาวันละ 2 ครั้ง เช้าเย็นจนกว่าจะหาย หายแล้วทาต่ออีก 7 วัน

รักษาฝีและแผลพุพอง

ใช้ใบชุมเห็ดเทศ และก้านสด 1 กำมือ ต้มกับน้ำพอท่วมยาแล้วเคี่ยวให้เหลือ 1 ใน 3 ชะล้างบริเวณที่เป็นวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น ถ้าเป็นมากให้ใช้ประมาณ 10 กำมือ ต้มอาบ

สารเคมี : ใบ พบ anthraquinone เช่น aloe-emodin, chrysophanol, sennoside, flavonoids, terpenoids, iso-chrysophanol, physcion glycoside, kaempferol, chrysophanic acid, lectin, sitosterols, rhein

-ตองแตก



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Baliospermum montanum* Muell.A

ชื่อพ้อง : *Baliospermum solanifolium* (Burm.) Suresh

ชื่อสามัญ :

วงศ์ : EUPHORBIACEAE

ชื่ออื่น : ตองแต่ (ประจวบคีรีขันธ์) ถ่อนดี ทนดี (ภาคกลาง, ตรัง) โทะโคละ พอบอเจ๊าะ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน) นองป้อง ลองปอม (เลย)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่มขนาดเล็ก สูง 1-2 เมตร แตกแขนงจากโคนต้น ก้านใบเรียวยาว ยาว 2-6 ซม. ยอดอ่อนมีขน ใบ เดี่ยว เรียงสลับ มีขนาดและรูปร่างต่างๆ กัน ใบที่อยู่ตามปลายยอดรูปใบหอกหรือรูปรี กว้างประมาณ 3.5 ซม. ยาวประมาณ 7 ซม. ใบที่ตาม

โคนต้นมักจักเป็นพู 3-5 พู รูปขอบขนานแกมรูปไข่ หรือเกือบกลม กว้างประมาณ 7.5 ซม. ยาว 15-18 ซม. โคนสอบหรือมน มีต่อม 2 ต่อม ปลายแหลม ขอบหยักแบบฟันเลื่อยห่างๆ ไม่สม่ำเสมอ มีเส้นใบออกจากโคนใบ 3-5 เส้น และออกสองข้างของเส้นกลางใบ ข้างละ 5-8 เส้น เส้นใบด้านล่างเห็นชัดกว่าด้านบน เนื้อบาง ดอกออกเป็นช่อตามง่ามใบ ดอกเพศผู้และดอกเพศเมียอยู่บนต้นเดียวกันหรือบนช่อเดียวกัน ช่อดอกเล็กเรียว ยาว 3.5-12 ซม. ดอกเพศผู้ มีจำนวนมาก อยู่ทางตอนบนของช่อ ดอกมีรูปร่างกลม
เส้นผ่าศูนย์กลาง 1-2 มม. ก้านดอกย่อยเล็กเรียวคล้ายเส้นด้าย ยาว 3-5 มม. กลีบเลี้ยงมี 4-5 กลีบ รูปกลม ไม่มีกลีบดอก ฐานดอกมีต่อม 4-6 ต่อม เกสรเพศผู้มี 15-20 อัน อับเรณูคล้ายรูปถั่ว ดอกเพศเมียออกที่โคนช่อ กลีบเลี้ยงรูปไข่ปลายแหลม ขอบจัก ฐานดอกเป็นรูปถ้วยสั้นๆ รังไข่มี 3 พู ก้านเกสรเพศเมียแยกเป็น 2 แฉก ม้วนออก ผลเป็น 3 พู กว้างประมาณ 1 ซม. ยาว 0.8 ซม. ปลายบุ๋ม มีก้านเกสรเพศเมียติดอยู่ 2 อัน โคนผลกลม มีกลีบเลี้ยงติดอยู่ ผลแก่แตกตามยาวที่กลางพู แต่ละพูมี 1 เมล็ด เมล็ด รูปขอบขนาน

ตองแตก ขึ้นในป่าดิบ ป่าไผ่ และตามที่รกร้างทั่วไป ถึงระดับความสูง 700 เมตร เขตกระจายพันธ์ ตั้งแต่อินเดีย (พบไม้ต้นแบบ) ปากีสถาน บังคลาเทศ ลงมาถึงพม่า อินโดจีน คาบสมุทรมาเลเซีย

ส่วนที่ใช้ : ราก ใบ เมล็ด

สรรพคุณ :

ราก - เป็นยาถ่าย ถ่ายไม่ร้ายแรงนัก ถ่ายลมเป็นพิษ ถ่ายพิษพรรดึก ถ่ายเสมหะเป็นพิษ (และมีคุณคล้ายหัวดองดึง) ถ่ายแก้น้ำดีซ่าน

ใบ, เมล็ด - เป็นยาถ่าย ยาถ่ายพยาธิ แก้ฟกบวม

เมล็ด - เป็นยาถ่ายแรงมาก (ไม่นิยมใช้)

วิธีใช้และปริมาณที่ใช้ :

ใช้ใบ 2-4 ใบ หรือ ราก 1 หยิบมือ ยาไทยนิยมใช้ราก 1 หยิบมือ ต้มกับน้ำ 1 ถ้วยแก้ว เติมเกลือเล็กน้อยรับประทาน

-บานเย็นดอกขาว



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Mirabilis jalapa* L.

ชื่อสามัญ : Marvel of peru , Four-o'clocks

วงศ์ : Nyctaginaceae

ชื่ออื่น : จันยาม จำยาม ตามยาม ตีต้าเช่า (จีน)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ล้มลุกอายุหลายปี มีเง้า สูง 1-1.5 ม. ลำต้นมีสีแดง มีนวลเล็กน้อย ใบรูปไข่ หรือรูปสามเหลี่ยม มีขนประปราย กว้าง 2-9 ซม. ยาว 5-15 ซม. ปลายใบแหลม โคนตัดหรือรูปหัวใจ ก้านใบยาว 1-4 ซม. กลีบประดับรูประฆัง ติดที่ฐาน ยาว 1-1.5 ซม. ดอกเกือบไร้ก้าน มี 4-5 ดอกในแต่ละช่อ บานตอนบ่ายๆ จนถึงตอนเช้า วงกลีบสีชมพู ม่วง ขาว เหลือง หรือด่าง ยาวประมาณ 3-6 ซม. ปากกลีบมีเส้นผ่านศูนย์กลางยาวประมาณ 2.5-3 ซม. เกศรเพศผู้ 5 อัน ยื่นออกยาวประมาณ 1 ซม. ก้านเกสรสีแดง อับเรณูทรงกลม รังไข่รูปรี ก้านเกศรเพศเมียยาวเท่าๆ เกสรเพศผู้ สีแดง ปลายเกสรเป็นตุ่ม เป็นพูตื้นๆ ผลรูปกลมรี สีดำ ขนาดประมาณ ยาว 0.5-0.9 ซม. เปลือกบาง มี 5 สัน เมล็ดกลม ขนาดประมาณ 0.7 ซม. บานเย็นมีถิ่นกำเนิดในประเทศเปรู มีเขตการกระจายพันธุ์เฉพาะในทวีปอเมริกาใต้ นิยมปลูกเป็นไม้ประดับทั่วไป โดยเฉพาะดอกสีชมพู บางครั้งขึ้นเป็นวัชพืช

ส่วนที่ใช้ : ราก ใบ หัว

สรรพคุณ :

ราก - มี alkaloid trigonelline ซึ่งมีฤทธิ์เป็นยาถ่าย

ใบ - ตำทาแก้คัน และ พอกฝี

หัว - รับประทานจะทำให้หนังชาอยู่คงกะพันเฆี่ยนตีไม่แตกกลับทำให้รู้สึกคัน

- รับประทานเป็นยาขับเหงื่อ แก้ไข้ ระงับความร้อน

-ผักกาดขาว



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Brassica chinensis* (L.) Jusl.

ชื่อสามัญ : Chinese White Cabbage

วงศ์ : Brassicaceae

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : เป็นพืชอายุปีเดียว มีระบบรากตื้น ใบมีลักษณะห่อปลียาวหรืออาจห่อหลวมๆ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับพันธุ์ ใบมีสีขาวถึงสีเขียวอ่อน เป็นพืชวันยาวดอกมีสีเหลืองยาวประมาณ 1 เซนติเมตร ผักกาดขาวส่วนใหญ่มีการผสมข้ามโดยแมลงและผึ้ง

ส่วนที่ใช้ : ราก ต้น

สรรพคุณ : แก้หวัด แก้ท้องผูก แก้ผิวหนังอักเสบจากการแพ้

วิธีใช้และปริมาณการใช้ :

ราก - แก้หวัด แก้ท้องผูก ใช้รากผักกาดขาว 1 กำมือ ต้มน้ำดื่ม

ต้น - แก้พิษจากรับประทานมันสำปะหลังดิบ ใช้ต้น ต้มน้ำดื่ม

- ผิวหนังอักเสบ จากการแพ้ ใช้ผักกาดขาวสด ตำพอก

-มะขามแขก



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Senna alexandrina* P. Miller

ชื่อสามัญ : Alexandria senna, Alexandrian senna Indian senna

วงศ์ : Fabaceae (Leguminosae-Caesalpinioideae)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่ม สูง 0.5 – 1.5 เมตร ใบประกอบแบบขนนกเรียงสลับ ใบย่อยรูปวงรีหรือรูปใบหอก กว้าง 1-1.5 ซม. ยาว 2.5-3.5 ซม. ดอก

ช่อ ออกที่ซอกใบตอนปลายกิ่ง กลีบดอกสีเหลือง ผลเป็นฝักแบน รูปขอบขนาน

ส่วนที่ใช้ : ใบแห้ง และฝักแห้ง ช่วงอายุ 1 เดือนครึ่ง (หรือก่อนออกดอก)

สรรพคุณ :

ใบและฝัก - ใช้เป็นยาถ่ายที่ดี ใบไซ้ท้องมากกว่าฝัก

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

ใบมะขามแขกหนัก 2 กรัม หรือ 2 หยิบมือ หรือใช้ฝัก 10-15 ฝัก ต้มกับน้ำ 1 ถ้วยแก้ว 5 นาที ใส่เกลือเล็กน้อยเพื่อกลบรสเฝื่อน รับประทานครั้งเดียว หรือ ใช้วิธีบดใบแห้ง เป็นผงชงน้ำดื่ม บางคนดื่มแล้วเกิดอาการไซ้ท้อง แก้ไขโดย ต้มรวมกับยาขับลมจำนวนเล็กน้อย (เช่น กระวาน กานพลู อบเชย) เพื่อแต่งรสและบรรเทาอาการไซ้ท้อง

มะขามแขก เหมาะกับคนสูงอายุ ที่ท้องผูกเป็นประจำแต่ควรใช้เป็นครั้งคราว

ข้อห้าม : ผู้หญิงมีครรภ์ หรือ มีประจำเดือน ห้ามรับประทาน

สารเคมี : ใบและฝักพบสารประกอบพวก anthraquinones เช่น sennoside A.B.C.D. aloe emodin , emodin , rhein , physcion , และสาร anthrones dianthrones

-แมงลัก



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Ocimum basilicum* L.f. var. citratum Back.

ชื่อสามัญ : Hairy Basil

วงศ์ : Apiaceae (Labiatae)

ชื่ออื่น : ก้อมก้อขาว มังลัก

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : เป็นพืชล้มลุก ลำต้นตรง โคนต้นแข็ง สูงประมาณ 40-65 ซ.ม. แตกกิ่งก้าน ทุกส่วนมีกลิ่นหอม ใบ เดี่ยว สีใบสีนวล ใบมีขนอ่อน ๆ ใบเรียงตรงข้ามเป็นคู่ ๆ ดอก ช่อ ออกที่ปลายยอด ช่ออาจเป็นช่อเดี่ยว หรือแตกออกเป็นช่อย่อย ๆ ดอกบานจากข้างล่างขึ้นข้างบน กลีบรองดอกจะคงทนและขยายใหญ่ขึ้นเมื่อเป็นผล กลีบดอกสีขาวแบ่งเป็น 2 ปาก ร่วงง่าย เกสรตัวผู้จะยื่นยาวกว่ากลีบดอก ดอกย่อยออกโดยรอบก้านช่อเป็นชั้น ๆ แต่ละชั้นมีดอกย่อย 6 ดอก แบ่งเป็น 2 ส่วน ส่วนละ 3 ดอก

ดอกตรงกลางจะบานก่อน และช่อดอกย่อยที่อยู่ชั้นล่างสุดของก้านช่อดอกจะบานก่อนเช่นกัน ผล 1 ดอกมีผล 4 ผล ขนาดเล็ก คือเมล็ดแมงลัก รูปร่างรูปรีไข่ สีดำ

ส่วนที่ใช้ : เมล็ด และใบ

สรรพคุณ :

เมล็ด - ออกฤทธิ์เป็นยาระบาย โดยการเพิ่มปริมาตรของกากอาหารกระตุ้นการบีบตัวของลำไส้

ใบ - ใช้ขับลม

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

รับประทานครั้งละ 1-2 ช้อนชา แช่น้ำให้พอง แล้วดื่มก่อนนอน จะช่วยทำให้ระบาย เป็นยาถ่าย

สารเคมี :

เมือกจากเมล็ด พบ D-xylos, D-glucose, D-galactose, D-mannose, L-arabinose, L-rhamnose, uronic acid , oil, polysaccharide และ mucilage

ส่วนใบ พบน้ำมันหอมระเหย ซึ่งประกอบด้วย borneol L-B-cadinene, 1-8-cineol, B-caryophyllene, eugenol

-ว่านหางช้าง (ว่านแม่ยับ)



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Belamcanda chinensis* (L.) DC.

ชื่อสามัญ : Black Berry Lily, Leopard Flower

วงศ์ : IRIDACEAE

ชื่ออื่น : ว่านมีดยับ

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ล้มลุก สูง 0.6 - 1.2 เมตร มีเหง้าเลื้อยตามแนวขนานกับพื้นดิน ใบเดี่ยว แทงออกจากเหง้า เรียงซ้อนสลับ กว้าง 2 - 3 ซม. ยาว 30 - 45 ซม. เนื้อใบค่อนข้างหนา ดอกช่อ ออกที่ปลายยอด กลีบดอกสีส้มมีจุดประสีแดงกระจาย ผลแห้ง เมื่อแก่จะแตกอ้า และกระดกกลับไปด้านหลัง

ส่วนที่ใช้ : ราก เหง้าสด ใบ เนื้อในลำต้น

สรรพคุณ :

ราก เหง้าสด - แก้เจ็บคอ

ใบ - เป็นยาระบายอุจจาระและแก้ระดูพิการของสตรีได้ดี

เนื้อในลำต้น

- เป็นยาบำรุงธาตุ แก้โรคระดูพิการของสตรี
- ใช้บำบัดโรคต่อมทอนซิลอักเสบ
- ใช้เป็นยาถ่าย

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

แก้เจ็บคอ

ใช้ราก หรือเหง้าสด 5-10 กรัม แห้ง 3-6 กรัม ต้มน้ำรับประทาน

เป็นยาระบาย และแก้ระดูพิการของสตรี

ใช้ใบ 3 ใบ ปรุงในยาต้ม

ความรู้เพิ่มเติม - เกี่ยวกับทางด้านความเชื่อ

มีความเชื่อกันว่าเป็นว่านมหาคุณ ปลูกไว้หน้าบ้านกันภัยอันตรายต่างๆ เพราะสามารถนำว่านนี้มาใช้ประโยชน์ทางไสยคุณได้ เช่น

ดอก - ใช้แก้ไสยคุณที่เกิดจากการกระทำจากผม

ใบ - ใช้แก้ไสยคุณที่เกิดจากการกระทำจาก เนื้อ

ต้น - ใช้แก้ไสยคุณที่เกิดจากการกระทำจาก กระดูก

ในภาคอีสาน นิยมปลูกเป็นว่านศิริมงคล แม่บ้านกำลังจะคลอดลูก ใช้ว่านหางช้างนี้พัดโบกที่ท้องเพื่อให้คลอดลูกง่ายขึ้น

-ส้มเช้า



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Euphorbia neriifolia* L. (*E. ligularia* Roxb.)

ชื่อสามัญ : -

วงศ์ : Euphorbiaceae

ชื่ออื่น : -

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่มหรือไม้ยืนต้นขนาดเล็ก สูง 3-5 เมตร กิ่งก้านเป็นเหลี่ยม มีหนามแข็งตามมุม เรียงเป็นแถวตามยาว มีน้ำยางขาว ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปวงรีหรือรูปวงรีแกมขอบขนาน กว้าง 4-6 ซม. ยาว 10-15 ซม. ดอกช่อ รูปถ้วย ออกตามกิ่งก้าน ใบประดับสีเหลือง ดูคล้ายกลีบดอก ดอกย่อยแยกเพศ อยู่ในช่อเดียวกัน ไม่มีกลีบดอก ผลแห้ง

ส่วนที่ใช้ : ใบ ยาง

สรรพคุณ :

ใบ - โขลกตำพอก ปิดฝี แก้ปวด ถอนพิษดี

ยาง

- เป็นยาระบายอ่อนๆ ขับพยาธิ แก้จุก แก้บวม
- ทำให้อาเจียน เบื่อปลาเป็นพิษ
- แก้ท้องมาน พุงโร ม้ามย้อย
- แก้ไข้จับสั่นเรื้อรัง ขับน้ำย่อยอาหาร

-สมอไทย



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Terminalia chebula* Retz. var. *chebula*

ชื่อสามัญ : Myrabolan Wood

วงศ์ : COMBRETACEAE

ชื่ออื่น : มาแน่ (กะเหรี่ยง-เชียงใหม่) สมออัพยา (ภาคกลาง) หมากแน่ะ (กะเหรี่ยงแม่ฮ่องสอน)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้น สูง 20-35 เมตร เปลือกต้นขรุขระ ใบ เดี่ยว เรียงตรงข้ามหรือเกือบตรงข้าม รูปวงรี กว้าง 6-10 ซม. ยาว 8-15 ซม. ดอก ช่อ ออกที่ซอกใบหรือปลายยอด เป็นดอกสมบูรณ์เพศ กลีบสีเหลือง ผลเป็นผลสด รูปวงรี มีสัน 5 สัน

ส่วนที่ใช้ : ผลอ่อน ผลแก่ ผล ใบ

สรรพคุณ :

ผลอ่อน - มีฤทธิ์เป็นยาระบาย ถ่ายเสมหะ ลดไข้ ขับลมในลำไส้

ผลแก่ - มีฤทธิ์เป็นยาฝาดสมาน แก้ท้องเดิน

ผล - ใช้ในอุตสาหกรรมฟอกหนัง มี Tannin มาก ใช้ทำหมึก

ใบ - เป็นยาสมานแผล เป็นยาบำรุงถุงน้ำดี

วิธีและปริมาณที่ใช้ : ใช้ผลอ่อน 5-6 ผล หรือ 30 กรัม ต้มกับน้ำ 1 ถ้วยแก้ว ใส่เกลือเล็กน้อย รับประทานครั้งเดียว จะถ่ายหลังให้ยาประมาณ 2 ชั่วโมง

16. ยารักษาอาการท้องเดิน ท้องเสีย



ชา

ส่วนที่ใช้ : ใบตากแห้ง

ขนาด : ๒-๓ หยิบมือ

วิธีใช้ : ใช้น้ำเดือดชงชาแก่ๆ ดื่มต่างน้ำ



ฝรั่ง

ส่วนที่ใช้ : ใบ, เปลือกต้นสด

ขนาด : ใบ ๖-๘ ใบ, เปลือกต้น ๑ฝ่ามือ

วิธีใช้ : ใบใช้เคี้ยว กลืนน้ำตาม เปลือกต้มน้ำ ๒ ถ้วยแก้ว เคี่ยวให้เหลือ ๑ ถ้วยแก้ว แบ่งกิน ๒ ครั้ง



ทับทิม

ส่วนที่ใช้ : เปลือกผล

ขนาด : ใช้กว้าง ๑ นิ้ว ยาว ๑ นิ้วครึ่ง

วิธีใช้ : ฝนกับน้ำปูนใสให้ข้นรับปรัทานครั้งละ ๑-๒ ช้อนชา



มังคุด

ส่วนที่ใช้ : เปลือกผล

ขนาด : ครึ่งผล

วิธีใช้ : ต้มกับน้ำความแรง ๑ ใน๑๐ กิน ๑ ช้อนชา



มะตูม

ส่วนที่ใช้ : ผลอ่อน

ขนาด : ๒-๓ ชิ้น

วิธีใช้ : ใช้ชงน้ำดื่มแทนน้ำชา ความแรง ๑ ต่อ ๑๐

17. ยารักษาโรคกระเพาะ



มะเขือมอญ (กระเจี๊ยบ)

ส่วนที่ใช้ : ผลอ่อนตากแห้ง

ขนาด : ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีใช้ : ใช้ผลแห้งมาป่นเป็นผง กินครั้งละช้อนโต๊ะ วันละ ๓-๔ ครั้ง



มะละกอ

ส่วนที่ใช้ : ผลดิบหรือสุก

ขนาด : ไม่จำกัด

วิธีใช้ : กินเป็นอาหารบ่อยๆ

18. ยารักษาท้องขึ้น อืด เฟ้อ



กระเทียม

ส่วนที่ใช้ : หัวสด

ขนาด : ๕-๗ กลีบ

วิธีใช้ : รับประทานเป็นอาหาร



ขิง

ส่วนที่ใช้ : เหง้าแก่

ขนาด : ๑ องคุลี, ผงแห้ง ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีใช้ : ต้มกับน้ำ เติมน้ำตาลเล็กน้อย จิบร้อนๆ



กระเพรา

ส่วนที่ใช้ : ใบสด

ขนาด : ๑๐ ใบ

วิธีใช้ : ใช้ชงกับน้ำร้อนดื่ม ในเด็กเล้กใช้ใบสดขยี้กับปูนแดงทาหน้าท้องใช้แทนมหาหิงส์ได้



ดีปลี

ส่วนที่ใช้ : ผลแก่จัด

ขนาด : ๓-๔ ผล

วิธีใช้ : ต้มกับน้ำรับประทาน (เลือกผลที่มีสีเขียว)



ชะพลู

ส่วนที่ใช้ : ราก

ขนาด : ๑ กำมือ

วิธีใช้ : ต้มกับน้ำ ๒ ถ้วย เคี่ยวให้เหลือ ๑ ถ้วยครึ่ง กินครั้งละครึ่งถ้วย



กานพลู

ส่วนที่ใช้ : ดอก

ขนาด : ๔-๖ ดอก

วิธีใช้ : ต้มน้ำดื่ม



กระวาน

ส่วนที่ใช้ : ผลแก่จัด

ขนาด : ๖-๑๐ ผล

วิธีใช้ : ต้มน้ำ ๑ ถ้วยแก้ว



จันทน์เทศ

ส่วนที่ใช้ : แก่น, เมล็ด

ขนาด : ๐.๕ กรัม

วิธีใช้ : ชงน้ำร้อนดื่มครั้งเดียว



เร่ว

ส่วนที่ใช้ : เมล็ด

ขนาด : ๔-๕ เมล็ด

วิธีใช้ : ต้มน้ำดื่ม



ข่า

ส่วนที่ใช้ : เหง้าสด

ขนาด : ๑ นิ้ว

วิธีใช้ : ตำให้ละเอียดผสมน้ำปูนใส ดื่มครั้งละครึ่งถ้วย



ขมิ้นอ้อย

ส่วนที่ใช้ : เหง้าสด

ขนาด : ๒-๔ ชิ้น

วิธีใช้ : สับชิ้นเล็กๆชงน้ำเดือดรับประทาน

ขอบคุณทุกการดาวโหลดนะคะ
พี่พยายามหาเกร็ดความรู้ดี ๆ มาฝาก
เพื่อตอบแทนน้ำใจของทุกท่านที่ดาวโหลดผลงานเขียนนิยายของพี่ไปอ่าน พี่จึงรวบรวมสิ่งละอันพันธุ์ละน้อยมาเพื่อมอบให้เป็นของตอบแทน

หวังว่าจะมีประโยชน์เพื่อการเรียนรู้นะคะ
แต่ว่าเรื่องของสมุนไพรยังไม่จบเพราะมีเยอะมาก
หากไม่อยากรอพี่ที่จะรวบรวมมา ก็สามารถเข้าไปหาอ่านได้ที่
http://www.rspg.or.th/plants_data/herbs/index.html